بچّوں کی تربیت

مولانا سراج الدّین ندوی

بچّوں کی تربیت

سراج الدّین ندوی

مرکزی مکتبہ اسلامی پبلشرز، نئی دہلی ۲۵

مطبوعات ہیومن ویلفیئر ٹرسٹ (رجسٹرڈ) نمبر ۸۲

نام کتاب : بچوں کی تربیت
مصنف : مولانا سراج الدین ندوی
صفحات : ۲۱۲
اشاعت : اگست ۲۰۰۶ء
تعداد : ۱,۰۰۰
قیمت : -/۸۰ روپے
ناشر : مرکزی مکتبہ اسلامی پبلشرز
ڈی ۳۰۷، دعوت نگر، ابوالفضل انکلیو، جامعہ نگر، نئی دہلی۔۱۱۰۰۲۵
فون: ۲۶۹۱۱۶۵۲، ۲۶۹۱۴۳۴۱ فیکس: ۲۶۳۱۷۸۵۸
E-mail: mmipub@nda.vsnl.net.in
Website: www. mmipublishers.net
مطبوعہ : ایچ ایس آفسٹ پرنٹرز، دہلی-۶

ISBN 81-8088-125-3

BACHCHON KI TERBIYAT
By: Maulana Serajuddin Nadvi
Pages: 212
Price: Rs.80.00

فہرست

باب اول (بچے اور چند باتیں)

باب دوم (ولادت کے بعد)

باب سوم (حفظان صحت)

باب ششم (بچوں کا بگاڑ اور ان کی اصلاح)

باب ہفتم (بچے کی مشکلات)

باب اول (بچے اور چند بنیادی باتیں)

بچہ

بچہ خواہ لڑکا ہو یا لڑکی :

- اللہ کی عظیم نعمت ہے۔
- تمناؤں اور آرزوؤں کا مرکز و محور ہے۔
- کھلتا ہوا پھول، چمکتا ہوا تارہ اور نکھرتا ہوا چودھویں کا چاند ہے۔
- آنکھوں کی ٹھنڈک، دلوں کا سرور اور مستقبل کی کرن ہے۔
- خوشیوں کا گہوارہ، غموں کا مداوا اور اندھیروں کا اجالا ہے۔
- زندگی کا ماحصل، خوش بختی کا نشان اور سرفرازی کی علامت ہے۔
- بے قراری میں قرار، بے چینی میں چین، پریشانی میں سکون اور رنج والم میں شادمانی ہے۔
- ماں باپ کی زندگی، بھائی بہنوں کا پیار، گھر کی رونق، محلے کی زینت اور بستی کی شان ہے۔
- پھولوں کی خوشبو، باغوں کی ہریالی، چشموں کی روانی، آسمانوں کی بلندی، سمندروں کی گہرائی ہے۔
- معصومیت کا پیکر، بے گناہی کا نمونہ، سادگی کا مجسمہ ہے۔
- جس کے آرام کے لیے ہم تھکتے ہیں، جس کی نیند کے لیے ہم جاگتے ہیں اور

جس کی تندرستی کے لیے ہم بیمار پڑتے ہیں۔

- جس کے لیے نبیوں اور بزرگوں نے تمنائیں اور دعائیں مانگیں۔
- جس کے بارے میں خدا نے فرمایا " **المال و البنون زینۃ الحیوۃ الدنیا** (الکہف) مال اور اولاد دنیوی زندگی کی زینت ہیں۔
- جس کے بارے میں اللہ کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا : "بچے جنت کے پھول ہیں۔"

بچوں کی اہمیت

ہر بچہ اپنے بچپن اور عنفوان شباب سے گزرتا ہوا زندگی کے رواں دواں قافلے میں شامل ہوتا ہے۔ بچے جوان ہو کر سماج کی مختلف اکائیوں کی شکل میں سامنے آتے ہیں۔ کوئی امیر ہوتا ہے کوئی غریب' کوئی راجا بنتا ہے کوئی پرجا' کوئی قاتل ہوتا ہے کوئی مقتول اور کوئی فسادی و فتنہ پرور بن کر ابھرتا ہے' کوئی ہادی و مصلح بن کر۔

ہمارے گرد و پیش کے یہ چلتے پھرتے انسان کل "بچے" تھے۔ جھگڑالو اور خونی "جگو" بھی ایک بچہ تھا اور لوگوں کو بھلائی کی تلقین کرنے والا' "فضل حق" بھی۔ جس بچے کو ماں' باپ اور قریبی ماحول کی اچھی تربیت نصیب ہو گئی' وہ سماج کا بہترین انسان بن گیا اور جس بچے کو نشو و نما کے مراحل میں اچھی تربیت اور رہ نمائی نہ مل سکی وہ بے راہ روی کا شکار ہو کر غلط راستے پر چل پڑا۔

ہر قوم اور ملک کے مستقبل کا دار و مدار اس کے ہونہار بچوں پر ہے' آج کے بچے کل کے معمار یا تخریب کار ہیں۔ بچوں کو نظر انداز کر کے کوئی قوم کام یاب ہو سکتی ہے اور نہ کوئی ملک۔ ہر دور میں بچوں کی اہمیت کو کسی نہ کسی درجے میں ضرور تسلیم کیا جاتا رہا ہے۔ لیکن انیسویں صدی کے آغاز سے بچوں پر خصوصی توجہ دی جانے لگی ہے۔ بچوں کے رجحانات و جذبات' ان کی نفسیات کے مطالعے اور تجزیے کو ایک

موضوع کی حیثیت دے کر اس پر قابل قدر کام ہوا ہے۔

بچوں کی اہمیت اس اعتبار سے تو ہے ہی کہ وہی بڑے ہو کر سماج کے رکن کی حیثیت سے سامنے آتے ہیں' لیکن اس حیثیت سے بھی ان کی بڑی اہمیت ہے کہ وہ اپنے بچپن میں بھی اپنی صلاحیتوں سے ملک و ملت کو مستفید کرتے ہیں۔ اگر بزرگوں کی فہم و فراست' صبر و تحمل اور زیرکی و تجربہ کاری' نوجوانوں کی رگوں میں دوڑتا ہوا خون اور ان کا جوش و ولولہ' ملک و ملت کی تعمیر میں اہم رول ادا کرتا ہے تو بچوں کی معصوم ادائیں' ان کی ننھی منی کلائیاں' ان کے پرسوز نغمے' زندگی کی روح کو بیدار کرتے ہیں۔

اب سے چودہ سو سال پہلے کی تاریخ پر نظر ڈالیے' جب اسلام اپنے ابتدائی اور دشوار گزار مراحل سے گزر رہا تھا اور جب اسلام کو قبول کرنا اژدہے کے منہ میں ہاتھ دینے سے بھی زیادہ خطرناک تصور کیا جاتا تھا' اسلام کا پیغام قریب ترین لوگوں تک پہنچانے کے لیے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم اپنے اہل خاندان کو کھانے پر مدعو کرتے ہیں' کھانے سے فارغ ہونے کے بعد آپؐ ان کے سامنے خدا کا پیغام پیش کرتے ہیں۔ انھیں بت پرستی کو چھوڑنے اور الٰہ واحد کی عبادت کرنے کی تلقین کرتے ہیں اور عذاب آخرت سے ڈراتے ہیں اور پھر سب کو مخاطب کرکے فرماتے ہیں "کون ہے جو اس کانٹوں بھری راہ میں میرا ساتھ دے گا؟ خاندان کے تمام موجود لوگ اس طرح خاموش بیٹھے ہیں' گویا انہیں سانپ سونگھ گیا ہے۔ ایک گوشے سے دھیمی سی آواز سنائی دیتی ہے "اگرچہ میں بیمار ہوں' میری آنکھیں آئی ہوئی ہیں' میری ٹانگیں پتلی ہیں اور میری عمر بہت کم ہے' لیکن اے رسول خداؐ میں ہر حال میں آپ کا ساتھ دوں گا' یہ آواز کس کی تھی؟ کسی عمر رسیدہ کی تھی؟ کسی جوان کی تھی؟ نہیں' بلکہ ایک بچے کی تھی جس کی عمر مشکل سے دس گیارہ سال تھی۔ اس بچے نے خدا اور رسول کا ساتھ دینے کا عہد اس وقت کیا' جب تمام سرداران قریش خاموش رہے۔

اس بچے کو اسلامی تاریخ حضرت علیؓ کے نام سے جانتی ہے، جنھوں نے زندگی بھر اپنے عہد کو نبھایا، ہر نازک موقع پر اسلام کی خاطر جان پر کھیلے اور اسلامی ریاست کے چوتھے خلیفہ ہوئے۔

غزوۂ بدر کی تیاریاں ہو رہی ہیں، مکے کے مشرکوں نے مدینے پر حملے کی ٹھان رکھی ہے، پیارے نبیؐ اپنے دفاع کے لیے اسلامی لشکر لے کر بدر کی طرف بڑھ رہے ہیں، تاکہ مدینے پر حملہ کرنے والوں کو پسپا کردیں۔ اسلام کے جاں باز سپاہی جوش و ولولے کے ساتھ آگے بڑھ رہے ہیں گیارہ بارہ سال کا ایک بچہ عمیرؓ چھپ کر پیچھے پیچھے چل رہا ہے، بھائی کی نظر پڑتی ہے، تو پوچھتے ہیں "تم کیوں چھپ کر چل رہے ہو" بچہ جواب دیتا ہے "مجھے ڈر ہے کہ اگر رسول اللہؐ کی نظر مجھ پر پڑگئی، تو وہ کم عمری کی بنا پر مجھے واپس کردیں گے اور شرکت کی اجازت نہ دیں گے جب کہ میں اللہ کی راہ میں لڑنا چاہتا ہوں، چھوٹے بھائی کے جذبات دیکھ کر بڑے بھائی کو مسرت ہوئی۔

اچانک رسول خداؐ کی نظر عمیرؓ پر پڑتی ہے، آپؐ دیکھتے ہی اسے واپسی کا حکم دے دیتے ہیں اور فرماتے ہیں کہ اے بچے! تم واپس جاؤ، جب بڑے ہو جاؤ گے تب آنا، جنگ بچوں کا کھیل نہیں ہے۔ یہ تو بڑوں کے لیے بھی نہایت مشکل ہے۔ یہ سن کر عمیرؓ غم کی تصویر بن گئے۔ یہ دیکھ کر رسول اکرمؐ کا دل بھر آیا۔ آپؐ کی آنکھوں میں آنسو تارے بن کر چمکنے لگے اور اس بچے کو شرکت کی اجازت مرحمت فرمادی۔ یہ نو عمر بچہ بڑی جاں بازی سے لڑا اور جام شہادت نوش کرلیا۔

غزوۂ بدر کی تیاریاں مکمل ہو چکی ہیں، رسول خداؐ اسلامی لشکر کی صف بندی کر رہے ہیں۔ سامنے کفار کا آہنی لشکر کھڑا ہے۔ حضرت عبدالرحمٰنؓ بن عوف کے دائیں بائیں دو سگے بھائی کھڑے ہیں، جن کا شمار ابھی بچوں میں ہوتا ہے، جب معرکہ آرائی شروع ہوتی ہے، تو ایک بھائی چپکے سے حضرت عبدالرحمٰنؓ سے پوچھتا ہے کہ مجھے بتائیے! ابوجہل کون ہے؟ دوسرا بھائی چپکے سے پوچھتا ہے کہ چچا جان! ابوجہل

کہاں ہے؟ حضرت عبدالرحمٰنؓ ابوجہل کی طرف اشارہ کردیتے ہیں۔ یہ دونوں بچے صفیں چیرتے ہوئے ایک دوسرے سے پہلے ابوجہل کا کام تمام کردینا چاہتے ہیں۔ دونوں بچوں کے حملے کی تاب نہ لاکر لشکر کفار کا سردار زمین پر ڈھیر ہوجاتا ہے۔ دونوں دوڑ کر رسول اللہؐ کے پاس واپس پہنچتے ہیں اور ابوجہل کے قتل کی خوش خبری سناتے ہیں۔ شوق جہاد میں دونوں بچے اس عظیم کارنامے کو اپنی اپنی طرف منسوب کرتے ہیں۔ اللہ کے رسولؐ تلوار کی طرف نظر اٹھاتے ہیں تو دیکھتے ہیں کہ دونوں کی تلواریں خون میں لت پت ہیں' دونوں بچوں کو شاباشی دی اور ان کے حق میں کلمات خیر فرمائے۔

ایک سال کے بعد مشرکین دوبارہ مدینے پر یلغار کرتے ہیں۔ رسول اکرمؐ اپنے ساتھیوں کو لے کر ان کے مقابلے کے لیے نکلتے ہیں۔ جہاد میں شرکت کے لیے دو بچے بھی خوشی خوشی جارہے ہیں' آپؐ انھیں دیکھتے ہی واپسی کا حکم دے دیتے ہیں' ان میں ایک بچہ رافع بن خدیج ایڑیوں کے بل کھڑا ہوجاتا ہے اور کہتا ہے "اے اللہ کے رسولؐ! میں تو بڑا ہوں" پیارے نبیؐ کو اس کی اس ادا پر پیار آگیا اور آپؐ نے اسے جہاد میں شرکت کی اجازت دے دی' معاً ایک دوسرا بچہ سمرہ بن جندب دوڑا دوڑا آتا ہے اور کہتا ہے "اے اللہ کے رسولؐ! اگر آپؐ نے رافع کو جنگ میں شرکت کی اجازت دی ہے تو مجھے بھی اجازت عنایت کردیجیے۔ میں اس سے بھی زیادہ طاقت ور ہوں' میں اس کو کشتی میں بھی پچھاڑ دیتا ہوں"۔ پیارے نبیؐ دونوں کی کشتی کراتے ہیں' واقعی سمرہ رافع کو پچھاڑ دیتے ہیں اور اللہ کے رسولؐ نے سمرہ کو بھی شرکت کی اجازت مرحمت فرمادی۔

یہ حضرت مصعب بن عمیرؓ ہیں جو ابھی نوجوانوں میں شمار کیے جاتے ہیں۔ نہایت عیش و عشرت کی زندگی گزار رہے ہیں۔ مشہور ہے کہ جس لباس پر مکھی بیٹھ جاتی' اسے دوبارہ نہیں پہنتے تھے' جس گلی سے گزر جاتے وہ گلی معطر ہوجاتی' گھر پر ہر

قسم کے سامان عیش و آرائش کی فراوانی ہے۔

ایک سرمایہ دار گھرانے کا پروردہ جب اسلام قبول کرتا ہے' تو اس کی عیش و عشرت کی زندگی اس سے چھین لی جاتی ہے۔ اسے مصیبت و تنگی کی چکی میں پیسا جاتا ہے' لیکن اسلام کا یہ شیدائی فقروفاقہ کو ترجیح دیتا ہے اور اسلام کے لیے ہروقت ہر آزمایش کا خندہ پیشانی سے استقبال کرتا ہے۔ یہاں تک کہ جب اللہ کے راستے میں شہید ہوتا ہے تو اس کے پاس کفن کے لیے کپڑا بھی نہیں۔ استعمال میں آنے والی ایک چھوٹی سی چادر ہے' چھوٹی بھی اتنی کہ سرڈھانپتے ہیں تو پیر کھلے رہ جاتے ہیں اور پیر ڈھانپتے ہیں تو سر کھلا رہ جاتا ہے۔ یہ دیکھ کر پیارے نبیؐ اور صحابہ کرامؓ کی آنکھوں میں آنسو آجاتے ہیں اور فرماتے ہیں کہ سرڈھانپ دیا جائے اور پیروں پر گھاس رکھ دی جائے۔

سلطان صلاح الدین ایوبی رحمتہ اللہ علیہ جس نے اسلامی تاریخ پر اپنی عظمت و شوکت کے نقوش ثبت کیے ہیں۔ ابھی نوعمر ہی ہیں' عیسائی فوجیں رہا پر قبضہ کرکے مال واسباب لوٹ کر عورتوں کو پکڑ لے جاتی ہیں۔ یہ ظلم دیکھ کر یہ نوعمر صلاح الدین ایک ترکی بوڑھے کو لے کر سلطان عمادالدین زنگی کے پاس پہنچتے ہیں۔ عیسائیوں کے مظالم سے بادشاہ کو آگاہ کرتے ہیں' اس کی اسلامی حمیت و غیرت کو بیدار کرتے ہیں اور رو رو کر فریاد کرتے ہیں۔

نیک دل بادشاہ زنگی کو ان حالات کا علم ہوتا ہے وہ تمام فوجیوں کو جمع کرتا ہے۔ انھیں رہا کے حالات سناتا اور جہاد پر ابھارتا ہے اور اعلان کرتا ہے کہ کل صبح میری تلوار رہا کے قلعے پر لہرائے گی "تم میں سے کون میرا ساتھ دے گا؟" یہ اعلان سن کر تمام فوجی حیران رہ جاتے ہیں کہ یہاں سے رہا ۹۰ میل کی دوری پر ہے راتوں رات وہاں کیسے پہنچا جاسکتا ہے' یہ تو کسی طرح ممکن نہیں۔ تمام فوجی ابھی غور ہی کررہے تھے کہ ایک نوعمر لڑکے کی آواز گونجتی ہے "ہم بادشاہ کا ساتھ دیں گے"۔ لوگوں نے سر

اٹھا کر دیکھا تو ایک نو عمر لڑکا کھڑا تھا‘ بعضوں نے فقرے چست کیے ”جاؤ میاں کھیلو کودو! یہ جنگ ہے بچوں کا کھیل نہیں۔ سلطان زنگی نے یہ فقرے سنے تو غصے سے چہرہ سرخ ہوگیا بولا ”یہ بچہ سچ کہتا ہے اس کی صورت بتاتی ہے کہ یہ کل میرا ساتھ دے گا۔ یہی وہ بچہ ہے جو رہا سے میرے پاس فریاد لے کر آیا ہے اس کا نام صلاح الدین ہے“۔ یہ سن کر فوجیوں کو غیرت آتی ہے سب تیار ہو جاتے ہیں اور اگلے روز دوپہر تک رہا پہنچ کر حملہ کردیا۔ گھمسان کی جنگ ہوئی‘ عیسائی سپہ سالار بڑی آن وبان کے ساتھ مقابلے کے لیے نکلا‘ سلطان زنگی نے اس پر کاری ضرب لگائی مگر لوہے کی زرہ نے وار کو بے اثر بنادیا۔ عیسائی سپہ سالار نے پلٹ کر سلطان زنگی پر حملہ کیا اور نیزہ تان کر سلطان کی طرف پھینکنا ہی چاہتا تھا کہ صلاح الدین کی تلوار فضا میں بجلی کی طرح چمک اٹھی اور زرہ کے کٹے ہوئے حصہ پر گر کر عیسائی سپہ سالار کے دو ٹکڑے کردیے۔ عیسائی سپہ سالار کے موت کے گھاٹ اترتے ہی عیسائی فوج بھاگ کھڑی ہوئی اور رہا پر مسلمانوں کا قبضہ ہوگیا۔

آج ہر شخص کی زبان پر نو عمر صلاح الدین کی شجاعت کے چرچے ہیں اور یہ واقعہ تاریخ اسلامی میں سنہرے الفاظ سے لکھا جاتا ہے۔

مختصر یہ کہ بچوں اور نو عمروں نے ہمیشہ اہم رول ادا کیا ہے‘ برائیوں سے لڑنے اور بھلائیوں کے پروان چڑھانے کا جذبہ اگر بچوں میں پیدا کردیا جائے تو وہ نو عمری میں بھی اور بڑے ہوکر بھی ناقابل فراموش کارنامے انجام دیتے ہیں۔

مولانا سید ابوالحسن علی میاں ندوی طلبہ سے خطاب کرتے ہوئے اکثر فرمایا کرتے ہیں کہ بچے جو نیک تمنائیں کرتے ہیں اللہ تعالیٰ کو بچوں کی معصومیت پر اتنا ترس آتا ہے کہ ان کی تمنائیں ضرور پوری کرتا ہے چناں چہ یہ تجربہ کیا گیا ہے کہ بچہ اپنے بچپن میں اپنے مستقبل کے لیے جو تمنا کرتا ہے عموماً مستقبل میں اس کی تمنا پوری ہوتی ہے بہرحال بچپن اور لڑکپن کی عمر مختلف پہلوؤں سے بہت ہی اہم ہے۔

بچوں کی تعلیم و تربیت کی اہمیت

شادی کے بعد زوجین کی یہ تمنا ہوتی ہے کہ جلد سے جلد ان کا نخل آرزو بار آور ہو اور ان کی گود ہری ہو جائے۔ اللہ تعالیٰ ان کی سنتا ہے اور ان کی مراد پوری ہو جاتی ہے۔ خوشی کے شادیانے بجائے جاتے ہیں' تہنیت و مبارک بادی کے ہدیے پیش کیے جاتے ہیں' اعزہ و احباب کی دعوت ہوتی ہے' بچے کی درازی عمر اور خیر و برکت کے لیے دعائیں کی جاتی ہیں۔ ماں دن کا سکھ اور رات کی نیند قربان کر کے بچے کی پرورش میں لگی رہتی ہے۔ باپ اپنے لاڈلے پر خون پسینے کی گاڑھی کمائی خرچ کر کے قلبی سکون محسوس کرتا ہے۔

والدین اور تمام متعلقین کی خواہش اور تمنا ہوتی ہے کہ یہ بچہ بڑا ہو کر والدین کی آنکھوں کے لیے ٹھنڈک کا سامان ہو' خاندان کی عزت و وقار کو چار چاند لگائے' ملک و قوم کی ترقی کے لیے کارہائے نمایاں انجام دے۔ ظاہر ہے کہ کوئی بچہ بھی جوان ہو کر اعزہ و احباب کے اس خواب کو اس وقت تک شرمندۂ تعبیر نہیں کر سکتا جب تک وہ زیور تعلیم و تربیت سے آراستہ نہ ہو۔ کیوں کہ تعلیم و تربیت ہی سے بچے کی ذہنی و اخلاقی نشو و نما صحیح نہج پر ہو پاتی ہے۔ اس کی خوابیدہ صلاحیتیں بیدار ہوتی ہیں' اس کی سیرت و کردار کی تعمیر ہوتی ہے' اس میں اپنی ذمہ داریوں کو سمجھنے اور بہتر طریقے پر ان کو ادا کرنے کی اہلیت پیدا ہوتی ہے' اس میں خود نیک بننے کے ساتھ دوسروں کو نیک بنانے کی فکر پیدا ہوتی ہے' وہ معاشرے کے بے لوث خادم اور ملک کا بہترین شہری بنتا ہے اور پھر اپنی صلاحیتوں سے ملک و ملت کو فیض یاب کرتا ہے۔ اس کے برعکس جو صحیح تعلیم و تربیت سے محروم رہ جاتے ہیں' ان کی فطری صلاحیتیں یا تو دب جاتی ہیں یا غلط رخ اختیار کر لیتی ہیں۔ وہ آوارگی اور جرائم پیشگی کا شکار ہو جاتے ہیں۔ وہ فحاشی و بے حیائی میں مبتلا ہو کر خود اپنی زندگی کو تباہ کر لیتے ہیں اور سماج کے لیے بھی دردِ سر بن

جاتے ہیں وہ ماں باپ کی آنکھوں کی ٹھنڈک اور بڑھاپے کا سہارا بننے کے بجائے والدین کے لیے ناقابل برداشت بوجھ بن جاتے ہیں۔ نبی کریمؐ نے فرمایا : "ہر بچہ فطرت پر پیدا ہوتا ہے' اس کے والدین اس کو یہودی بنادیتے ہیں یا نصرانی یا مجوسی"۔ (متفق علیہ)

اس لیے ضروری ہے کہ بچوں کی تعلیم و تربیت پر خصوصی توجہ دی جائے اور کوشش کی جائے کہ دنیا میں آنے والا کوئی بھی بچہ ناخواندہ نہ رہ جائے۔ بامقصد تعلیم و تربیت کا وسیع پیمانے پر بندوبست کیا جائے۔ تعلیم و تربیت کے لیے تمام ضروری وسائل فراہم کیے جائیں اور ایک صالح نظام تعلیم کے تحت بہترین نصاب ترتیب دے کر مثالی اسکول کے روح پرور ماحول میں بہترین اساتذہ کی نگرانی میں موزوں تعلیم و تربیت کے اہتمام کے لیے سعی و کوشش کی جائے۔

یاد رکھیے اگر آپ نے اپنے بچوں کی تعلیم و تربیت سے غفلت برتی' تو اس کے نتائج بد سے آپ اپنے کو بچا نہ سکیں گے اور وقت گزرنے پر آپ پشیمان ہوں گے اگر آپ نے اپنے بچوں کی بہتر تعلیم و تربیت کا نظم نہ کیا' تو وہ اپنا قیمتی وقت گندی گلیوں میں آوارہ پھر کر گزاریں گے اور برے ساتھیوں کی صحبت میں ان کی سیرتیں غلط سانچوں میں ڈھل کر ناقابل اصلاح ہو جائیں گی۔ بڑے ہو کر اول تو وہ اپنی عادات و اطوار بدلیں گے ہی نہیں اور اگر انھیں اصلاح کی ترغیب دلائی بھی جائے گی تو انھیں بڑی مشکل پیش آئے گی کیوں کہ بچپن کی بری عادتوں کے نقوش بہت گہرے اور دیرپا ہوتے ہیں۔

یہ دور سائنس اور ٹکنالوجی کا دور ہے اور تمام علوم و فنون میں بڑی تیزی سے ارتقا کا عمل جاری ہے اگر اب بھی ہم نے تعلیم و تربیت کی طرف کماحقہ توجہ نہ دی تو پھر ہمیں زوال و ذلت کے گڑھے سے کوئی نہ نکال سکے گا۔ تعلیم و تربیت ہی دراصل کسی قوم کی ترقی کا سنگ بنیاد ہے۔

آیئے عہد کریں کہ اپنے بچوں کی بہتر تعلیم و تربیت کا ضرور بندوبست کریں گے۔ جس طرح ہم ان کی جسمانی نشوونما کے لیے ہروقت سرگرم عمل رہتے ہیں' اسی طرح ان کی ذہنی و اخلاقی اور فکری و عملی نشوونما کے لیے بھی جدوجہد کریں گے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا :

"اپنی اولاد کے لیے والدین کا بہترین عطیہ تعلیم و تربیت ہے"۔

ماں باپ کی شادی

قبل اس کے کہ ہم بچے کی پیدائش اور اس کی نشوونما پر گفتگو کریں' یہ بہتر معلوم ہوتا ہے کہ ان دو ہستیوں کے انتخاب پر روشنی ڈالیں' جن میں سے ایک کو باپ اور دوسرے کو بچے کی ماں بننا ہوتا ہے۔ ان دونوں کا حسن انتخاب بچے کی نشوونما اور تعلیم و تربیت پر بہتر اثرات کا موجب بنتا ہے جب کہ انتخاب کی غلطی بچے کی تربیت پر برے اثرات کا سبب بن سکتی ہے۔

اگر لڑکے اور لڑکی کا نکاح ان کی مرضی اور پسندیدگی کے علی الرغم کردیا جائے' تو خانگی زندگی تلخیوں کا جال بن کر رہ جاتی ہے۔ آئے دن شوہر اور بیوی کے درمیان نوک جھونک ہوتی رہتی ہے اور تعلقات کی بدمزگی بچوں کے مزاج' عادات و اطوار کو بگاڑ کر رکھ دیتی ہے اور ان کی نفسیات کو پیچیدہ بنادیتی ہے۔ اسی لیے اسلام نے اس بات کی تاکید کی ہے کہ اپنی پسند ہی سے رشتہ ازدواج کو استوار کیا جائے۔

انتخاب شوہر کے سلسلے میں نبی اکرمؐ نے یوں رہ نمائی فرمائی ہے :

اذا جاء کم من ترضون خلقہ و دینہ فزوجوہ . . . . الا تفعلوا تکن فتنہ فی الارض و فساد عریض۔ (ترمذی)

"جب تمہارے پاس نکاح کا پیغام لے کر وہ شخص آئے جس کے اخلاق اور دین داری تمہیں پسند ہو تو اس کے ساتھ شادی کرو..... اگر تم ایسا نہ کروگے تو زمین

میں فتنہ اور بہت بڑا فساد برپا ہو جائے گا"۔

لڑکی کا نکاح کرتے وقت اس بات کا ضرور خیال رکھا جائے کہ لڑکا ایسا دین دار ہو جو دین کی روشنی میں اپنے تمام معاملات کو انجام دیتا ہو' اس کا اخلاق و کردار پاکیزہ اور بلند ہو' وہ خوش مزاج' بلند حوصلہ اور کشادہ دل ہو تاکہ وہ زندگی کے نشیب و فراز کو صبرو ثبات اور خوش دلی کے ساتھ جھیل جائے۔ وہ کسی مرحلے میں ظلم و زیادتی نہ کرسکے۔ ایک شوہر کی حیثیت سے بیوی کے حقوق ادا کرے۔ گھر کے ماحول کو جنت نشاں بنانے کی کوشش کرے اور جب خدا اسے اولاد سے نوازے تو ان کے تمام حقوق ادا کرے۔ بہتر طریقے پر ان کی تعلیم و تربیت کا اہتمام کرے۔

لڑکے کے لیے جب رشتہ تلاش کیا جائے اور دلہن کا انتخاب کیا جائے تب بھی اسی معیار کو سامنے رکھا جائے۔ محض دولت و ثروت' حسن و خوب صورتی اور عہدہ و منصب کے پیش نظر شادی نہ کی جائے بلکہ لڑکی کی سیرت اور عادات و اطوار کو خصوصی اہمیت دی جائے اور دین داری کو وجہ انتخاب قرار دیا جائے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا :

تنكح المراة لاربع لمالها و لحسبها و لجمالها و لدينها فاظفر بذات الدين تربت يداك۔

(بخاری و مسلم)

"عورت سے نکاح چار اسباب کی بنا پر کیا جاتا ہے۔ مال و دولت کی وجہ سے' اچھے نسب کی وجہ سے' خوب صورتی کی وجہ سے' اور دین داری کی بنیاد پر' تم کسی دین دار عورت سے نکاح کرنے میں کام یابی حاصل کرو' تمہارے ہاتھ خاک آلود ہوں"۔

اگر میاں بیوی دین دار ہوں گے' ان کی سیرت پاک ہوگی اور ان کے مزاج و حالات میں برابری ہوگی تو خانگی زندگی خوش گوار ہوگی اور خوش گوار ماحول میں

پرورش پانے والا بچہ نیک اطوار' حوصلہ منداور باصلاحیت ہوگا اس کے اندر نفسیاتی پیچیدگیاں اور سماجی برائیاں پیدا نہ ہوسکیں گی۔ اس کے برعکس اگر میاں بیوی میں چپقلش ہوگی۔ ان کے مزاج میں اختلاف ہوگا ان کے حالات میں ناہمواری ہوگی تو ان کی اولاد میں تربیتی خلا ضرور رہ جائے گا اس لیے ضروری ہے کہ ہونے والے شوہر اور بیوی کے انتخاب میں احتیاط سے کام لیا جائے۔ انتخاب کے وقت دین داری کو اہمیت دی جائے اور دونوں کے حالات و مزاج کی یکسانیت کا خیال رکھا جائے تاکہ ان کے نطفے سے وجود میں آنے والی اولاد نیک اطوار' باکردار اور باصلاحیت ہو۔ وہ ماں باپ کی آنکھوں کی ٹھنڈک اور ان کے دل کا سرور بن سکے۔

اولاد کی آرزو

شادی کے بعد زوجین کی سب سے بڑی تمنا اور آرزو یہی ہوتی ہے کہ اللہ انھیں اولاد کی نعمت سے سرفراز کرے۔ اولاد کی آرزو ایک فطری امر ہے۔ انسان یہ چاہتا ہے کہ اس کا ایک ایسا وارث ہو' جو اس کے بعد اس کی املاک میں صحیح تصرف کرسکے اور اس کے مقاصد کو پایہ تکمیل تک پہنچانے میں اس کا صحیح جانشین ثابت ہو۔

اولاد نسل انسانی کی بقا کا ذریعہ ہوتی ہے۔ اس لیے اللہ تعالیٰ نے اس پہلو کو نظرانداز نہیں کیا ہے اور نوع انسانی کو ہدایت کی ہے کہ :

فالان باشروھن و ابتغوا ما کتب اللہ لکم (البقرہ)

"اب تم اپنی بیویوں سے شب باشی کیا کرو اور اللہ تعالیٰ نے تمہارے لیے جو کچھ لکھ دیا ہے اسے حاصل کرنے کی کوشش کرو"۔

مفسرین نے وضاحت کی ہے کہ "اللہ نے تمہارے لیے جو کچھ لکھ دیا ہے سے مراد "اولاد" ہے۔ دنیا میں سب سے بزرگ اور نیک ہستیاں نبیوں اور رسولوں کی ہیں' ان ہستیوں نے بھی نہ صرف اولاد کی تمنا کی ہے بلکہ اولاد کے لیے دعائیں بھی

مانگی ہیں۔ حضرت ابراہیم علیہ السلام کی یہ دعا قرآن پاک میں نقل کی گئی ہے :

رب هب لی من الصالحين۔ "اے اللہ! مجھے نیکوکار اولاد عطا فرما"۔

حضرت زکریا علیہ السلام جب بوڑھے ہوگئے تو انھوں نے اللہ سے دعا کی :

و انی خفت الموالی من ورائی و كانت امراتی عاقرا فهب لی من لد نک ولیا یرثنی و یرث من ال یعقوب و اجعله رب رضیا۔ (مریم)

" (اے میرے رب) مجھے اپنے پیچھے اپنے بھائی بندوں کی برائیوں کا ڈر ہے اور میری بیوی بانجھ ہے' تو مجھے اپنے فضل خاص سے ایک وارث عطا کردے' جو میرا بھی وارث ہو اور آل یعقوب کا بھی! اے رب اس کو ایک پسندیدہ انسان بنا"۔

اولاد' خاص طور پر نیک اولاد والدین کا سہارا اور ان کی آنکھوں کی ٹھنڈک ہوتی ہے چناں چہ قرآن پاک نے جو دعائیں ہمیں سکھائی ہیں' ان میں سے ایک یہ بھی ہے :

ربنا هب لنا من ازواجنا و ذریاتنا قرة اعین و اجعلنا للمتقين اماما۔

(الفرقان)

"اے اللہ تو ہمیں ہماری بیویوں اور اولاد کی جانب سے آنکھوں کی ٹھنڈک عطا فرما اور ہمیں متقیوں کا امام بنادے۔"

نیک اولاد کی نہ صرف تمنا ہونی چاہیے بلکہ اپنی اولاد کو نیک بنانے کی بھی کوشش ہونی چاہیے۔ اس لیے کہ نیک اولاد اپنے اسلاف کے مشن کو آگے بڑھاتی ہے۔ والدین کے ناموں کو روشن کرتی ہے اور اہل خاندان خصوصاً والدین کے لیے دعائے مغفرت کرتی ہے۔

اللہ کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

ان العبد لترفع له الد رجته فیقول "ای رب انی لی هذ ا؟ فیقول " باستغفار ولدک من بعدک۔ (ابن ماجہ)

"بندے کا درجہ (جنت میں) یکایک بلند کردیا جائے گا وہ کہے گا "اے میرے پروردگار مجھے یہ درجہ کیسے مل گیا؟" اللہ فرمائے گا "اس وجہ سے کہ تیری موت کے بعد تیری اولاد نے تیرے لیے دعاے مغفرت کی تھی"۔

ایک دوسرے موقع پر آپؐ نے ارشاد فرمایا :

اذا مات الانسان انقطع عملہ الا من ثلاث : صدقتہ جاریتہ او علم ینتفع بہ او ولد صالح یدعو لہ۔ (مسلم)

"جب انسان مرجاتا ہے تو اس کے اعمال کا سلسلہ ختم ہوجاتا ہے البتہ تین اعمال کا اجر جاری رہتا ہے: (۱) صدقہ جاریہ (۲) ایسا علم جو لوگوں کو فائدہ پہنچائے (۳) نیک اولاد جو اس کے لیے دعا کرے"۔

ان احادیث سے معلوم ہوتا ہے کہ والدین کے حق میں نیک اولاد کی دعائیں بارگاہ ایزدی میں شرف قبول حاصل کرتی ہیں۔ اگر والدین کو اولاد کی موت کا صدمہ برداشت کرنا پڑجائے، تب بھی انھیں اجر ملتا ہے۔ نبی کریمؐ نے ارشاد فرمایا :

ما من مسلم یموت لہ ثلاثتہ من الولد لم یبلغ الحنث الا ادخلہ الجنتہ بفضل رحمتہ ایاھم۔ (بخاری)

"جب کسی مسلمان کے تین بچے بالغ ہونے سے پہلے مرجائیں تو اللہ ان بچوں پر رحم کی وجہ سے اس مسلمان کو ضرور جنت میں داخل فرمائے گا"۔

ایک عورت اپنا بچہ لیے نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوئی اور عرض کیا "اے اللہ کے رسولؐ! اس بچے کے لیے دعا فرمادیجیے کیوں کہ میں اس سے پہلے تین بچوں کو دفن کرچکی ہوں" آپؐ نے دریافت فرمایا "کیا تم تین بچوں کو دفن کرچکی ہو؟" اس عورت نے جواب دیا "جی ہاں" آپؐ نے اس سے ارشاد فرمایا "تب تو تم نے جہنم سے ایک بہت محفوظ باڑ بنالی ہے"۔

اگر کسی مسلمان کے دو بچے بھی فوت ہوجائیں تو وہ بھی نجات کا ذریعہ بن سکتے

ہیں۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک بار عورتوں کو مخاطب کر کے فرمایا تم میں سے جس کے تین بچے فوت ہو جائیں' وہ جہنم سے رکاوٹ کا ذریعہ بن جائیں گے۔ ایک عورت نے پوچھا اگر کسی کے دو بچے فوت ہو جائیں تو کیا حکم ہے؟ آپؐ نے فرمایا ہاں دو بچے بھی جہنم سے رکاوٹ بن جائیں گے۔ مگر یہ اجروثواب انھیں ماں باپ کے لیے ہے' جو بچوں کے فوت ہو جانے پر صبر کرتے ہیں' خدائی فیصلوں کے خلاف احتجاج نہیں کرتے' تقدیر کو نہیں کوستے اور شور و نوحہ نہیں کرتے' بلکہ قضاوقدر کے سامنے سرتسلیم خم کر دیتے ہیں۔

اس موقع پر یہ بات بھی ذہن میں رہے کہ بچے کے انتقال پر اگر محبت آنسو بن کر بہنے لگے' تو یہ بے صبری نہیں ہے۔ غم ناک موقع پر آنسوؤں کا بہہ نکلنا بے صبری نہیں' بلکہ محبت کی علامت اور رحم دل کی پہچان ہے۔ ایک بار نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کو خبر دی گئی کہ آپؐ کی صاحب زادی کا بچہ عالم جاں کنی میں ہے اور صاحب زادی نے آپؐ کو بلایا ہے۔ آپؐ چند اصحاب کے ساتھ تشریف لے گئے۔ بچے کو آپؐ کی گود میں دے دیا گیا' بچے کا سانس چل رہا تھا۔ آپؐ کی آنکھوں سے آنسو بہہ پڑے۔ ایک صحابی نے عرض کیا "اے اللہ کے رسولؐ! یہ کیا؟" یعنی کیا آپ بھی صبر نہیں کرپا رہے ہیں آپؐ نے فرمایا "یہ اللہ کی رحمت ہے جسے اللہ اپنے بندوں کے دل میں پیدا کرتا ہے اور اللہ رحم دل بندوں پر رحم فرماتا ہے"۔

اس طرح کی بہت سی احادیث ہیں جن سے معلوم ہوتا ہے کہ کسی موت پر آنکھوں سے آنسو بہہ پڑنا بے صبری نہیں' بلکہ یہ رحمت و رافت کا فطری تقاضا اور اس کا اظہار ہے۔

بچوں سے محبت کرنا' ان کی آرزو و تمنا کرنا نہ صرف جائز بلکہ محبوب و پسندیدہ ہے۔ ایسی اولاد کی تمنا کیجیے جو آپؐ کے لیے آنکھوں کی ٹھنڈک' گھرانے کے لیے عزت کا سبب اور ملک و ملت کی تعمیر میں موثر رول ادا کر سکے جو آپ کے پاکیزہ مشن

اور نیک مقاصد کے حصول میں مدد معاون ثابت ہو سکے۔

بچہ شکم مادر میں

بظاہر بچے کی تربیت و نگہ داشت کا آغاز بچے کے پیدا ہونے کے بعد ہوتا ہے۔ لیکن اصلاً ماں کے پیٹ میں حمل قرار پاتے ہی بچے کی پرورش و پرداخت کی ذمہ داریاں شروع ہو جاتی ہیں۔ دیکھا گیا ہے کہ حمل قرار پانے کے بعد والدین کی غفلت و بے توجہی سے غنچۂ امید کھلنے سے پہلے ہی مرجھا جاتا ہے اور تمام تر تمناؤں کے باوجود ماں کی گود خالی رہ جاتی ہے' اس لیے تربیت اطفال کی ذمے داریاں اسی وقت سے عائد ہو جاتی ہیں' جب بچے کا حمل قرار پاتا ہے اور وہ بطن مادر میں نشوونما کے مختلف مراحل طے کرتا ہے۔ اس لیے ضروری ہے کہ بطن مادر میں بچے کی پرورش کے وقت والدین تمام تر احتیاط اور تدابیر سے کام لیں اور وضع حمل اور ایام زچگی کے بارے میں انھیں صحیح معلومات ہوں۔

والدین کی بے احتیاطی' لاعلمی اور جہالت کی وجہ سے روزانہ ہزاروں بچے لقمۂ اجل بن جاتے ہیں اور ہندستان میں پچیس فیصد بچے ایک سال کی عمر پانے سے قبل ہی موت کا شکار ہو جاتے ہیں۔ اس لیے ضروری ہے کہ ایام حمل کی بے پروائیوں اور ان کی رسموں سے اجتناب کیا جائے جنھیں ضروری سمجھ لیا گیا ہے۔

حمل قرار پانے کے بعد حاملہ کا اولین فرض یہ ہے کہ وہ زنانہ ہسپتال یا کسی ماہر لیڈی ڈاکٹر سے اپنا معائنہ کرائے اور بچہ پیدا ہونے تک اپنا یہ معمول بنائے رکھے کہ ہر ماہ پابندی سے اپنا زنانہ معائنہ کرائے گی۔ اس طرح ماں اور بطن مادر میں پرورش پانے والا بچہ بہت سی بیماریوں سے محفوظ رہ سکے گا اور ان خطرات کا بھی تدارک ہو سکے گا' جو آیندہ جان لیوا ثابت ہو سکتے ہیں مثلاً بعض عورتوں کی ہڈیاں بہت چھوٹی ہوتی ہیں اور بچہ آسانی سے پیدا نہیں ہو سکتا۔ پہلے حمل میں عورت کو بھی اس کا علم

نہیں ہوپاتا جس کے نتیجے میں بچے عموماً پیدائش کے وقت ہی فوت ہو جاتے ہیں اور کبھی کبھی زچہ کی جان بھی خطرے میں پڑ جاتی ہے۔ قبل از وقت معائنہ کرانے سے یہ خطرہ ٹل سکتا ہے اسی طرح بہت سی پوشیدہ بیماریاں ہوتی ہیں' جن کا علاج اگر پہلے سے نہ کیا جائے تو وہ بیماریاں وضع حمل کے وقت جان لیوا ثابت ہو جاتی ہیں۔

ہر ماہ حاملہ پابندی سے اپنا طبی معائنہ کرائے اور آخری دو ماہ میں ہر پندرہ دن کے بعد معائنہ کرانا زیادہ بہتر اور قرین صحت ہے اسی اثنا میں ٹیٹنس (Tetnus) کا انجکشن لگانا بھی ضروری ہے۔ اگر حاملہ کسی عارضہ یا وقتی بیماری میں مبتلا ہو جائے تو اس کے فوری علاج اور تدارک کی ضرورت ہے' اس سلسلے میں اچھے ڈاکٹر کی خدمات حاصل کرنے سے بھی گریز نہیں کرنا چاہیے۔ ذیل میں اس طرح کی کچھ بیماریوں کی طرف نشاندہی کی جا رہی ہے' جو حاملہ کے لیے بظاہر بہت معمولی سمجھی جاتی ہیں' لیکن ان سے غفلت برتنا نہایت خطرناک ثابت ہوتا ہے۔

(الف) عموماً حمل کے ابتدائی ایام میں متلی اور قے کی شکایت ہو جاتی ہے' لیکن اگر قے اور متلی کی زیادتی ہو جائے یا سر میں زیادہ چکر آنے لگے تو طبی مشورہ ضروری ہے۔

(ب) وضع حمل کی مدت پوری ہونے سے پہلے اگر حاملہ کو خون جاری ہو جائے' تو فوراً اس طرف توجہ دینی چاہیے۔ ورنہ اسقاط حمل کا اندیشہ رہتا ہے۔ اسی طرح اگر عضو مخصوص سے کسی قسم کی رطوبت جاری ہو جائے' تو یہ بھی بیماری کی علامت ہے۔

(ج) پیشاب میں جلن محسوس ہو یا پیشاب اچھی طرح سے نہ آتا ہو۔

(د) ہاتھ پاؤں پر ورم آجائے یا پیٹ غیر معمولی طور پر بڑھ جائے۔

(ہ) بھوک بہت کم ہو جائے یا نیند اچھی طرح نہ آئے۔

ایسی تمام صورتوں میں متعلقہ ڈاکٹر سے رجوع کریں۔

حاملہ کو متوازن غذا کی بھی سخت ضرورت ہوتی ہے۔ حمل کے ابتدائی ایام میں

جب متلی اور قے شروع ہوتی ہے' تو بعض عورتیں کھانا ہی چھوڑ دیتی ہیں' جس کی وجہ سے ان کی صحت متاثر ہوجاتی ہے۔ بدن میں خون کی کمی کی وجہ سے بطن مادر میں پرورش پانے والے بچے کو پوری غذا نہیں مل پاتی۔ حاملہ کو سادہ' ہلکی اور زود ہضم غذا استعمال کرنی چاہیے۔ ثقیل' دیر ہضم' تیز اور گرم مسالے والی غذا سے بچنا چاہیے' کھانا ہضم کرنے کے لیے چہل قدمی سے بھی مدد لینی چاہیے۔

عمدہ اور صاف ستھری غذا کے ساتھ حاملہ کو تازہ ہوا کی سخت ضرورت رہتی ہے۔ تازہ ہوا سے خون صاف ہوتا ہے۔ اگر حاملہ کو تازہ ہوا میسر نہیں آئے گی تو بطن مادر میں موجود بچے کو گندے خون ہی کی غذا ملے گی اور بچے کی صحیح نشوونما نہیں ہوپائے گی۔ اس کے لیے اگر ممکن ہو تو بستی کے باہر کھلی جگہ پر کچھ وقت گزارا جائے۔ گھروں کے کھلے صحن میں چہل قدمی کی جائے۔ کمرے کی کھڑکیاں اور روشن دان کھلے رکھے جائیں۔ سوتے وقت چادر یا لحاف وغیرہ سے منہ نہ ڈھانپا جائے۔

تازہ ہوا کی طرح سورج کی روشنی اور دھوپ بھی اچھی صحت کے لیے ضروری ہے اس لیے حاملہ کو ایسے مکان میں رہنا چاہیے جہاں اسے دھوپ اور روشنی وافر مقدار میں مل سکے تاکہ اس کی اور بچے کی صحت ٹھیک رہ سکے۔

حاملہ کے لیے صفائی کا اہتمام بھی ضروری ہے' حاملہ کا مکان ہر اعتبار سے صاف ستھرا ہو۔ اس میں کسی قسم کی غلاظت اور گندگی نہ ہو۔ مکان کی صفائی کے ساتھ ساتھ حاملہ اپنے کپڑوں اور اپنے جسم کی صفائی کا بھی بھرپور اہتمام کرے' ورنہ گندگی سے مختلف بیماریاں پیدا ہوسکتی ہیں' جو آگے چل کر حاملہ کے لیے کسی بڑی آزمائش کا سبب بن سکتی ہیں۔ اکثر بیماریاں خصوصاً متعدی بیماریاں گندگی ہی سے پھیلتی ہیں اور حاملہ کا کسی بھی بیماری میں مبتلا ہونا مستقبل میں خطرے کی نشانی ہے۔ اس لیے ہر قسم کی گندگی سے دور رہا جائے اور صفائی' ستھرائی کا بھرپور اہتمام کیا جائے۔

حاملہ کو بھرپور آرام کی ضرورت ہے۔ اس کو کم از کم رات میں آٹھ گھنٹے سونا

چاہیے۔ دوپہر کو بھی قیلولہ کرنا ضروری ہے۔ لیکن ہر وقت پلنگ پر لیٹے یا بیٹھے بھی نہیں رہنا چاہیے۔ اگرچہ بظاہر یہ بہت بہتر معلوم ہوتا ہے' لیکن وضع حمل کے وقت اس سے بعض دشواریوں کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے۔

حاملہ کے لیے ہلکی پھلکی مصروفیات اور چہل قدمی ضروری ہے۔ البتہ ایسے کاموں سے بچنا چاہیے جن میں جھکنا یا بھاری وزن اٹھانا پڑے۔ اسی طرح کودنے' پھاندنے اور دوڑنے سے بھی پرہیز کرنا چاہیے۔ اور سیڑھیوں پر چڑھنے سے بھی گریز کرنا چاہیے۔

اگر مذکورہ بالا تدابیر و ہدایات پر عمل کیا جائے' تو توقع ہے کہ شکم میں موجود بچے کی بہتر نشوونما ہوگی اور وضع حمل کے وقت بھی زیادہ دشواری پیش نہ آئے گی۔

شکم مادر میں بچے کی نشوونما اور صحت سے متعلق جو احتیاطیں اور تدابیر ضروری ہیں' ان کا اشارہ شریعت اسلامی کے اس مسئلے سے ملتا ہے کہ اگر حاملہ کو یہ اندیشہ ہو کہ روزہ رکھنے سے پیٹ میں موجود بچے کی پرورش پر کوئی برا اثر پڑ سکتا ہے تو وہ رمضان کے فرض روزے بھی نہ رکھے بلکہ بعد میں اس روزے کی قضا کرے۔ حاملہ کے لیے رمضان کے فرض روزے تک نہ رکھنے کی اجازت دے کر شریعت نے حاملہ کے لیے سہولتیں بہم پہنچانے کی طرف مکمل رہ نمائی کی ہے۔

بچے کی ولادت

اللہ تعالٰی جب کسی کو بچے کی نعمت سے سرفراز فرمائے' تو اس پر مسرت و شادمانی کا اظہار ہونا چاہیے۔ نومولود لڑکا ہو یا لڑکی دونوں کی پیدائش پر خوشی منائیے اور خدا کا شکر ادا کیجیے۔ اگر کوئی شخص بچے کی پیدائش پر خوش ہونے کے بجائے منہ بسورے یا برے خیالات کا اظہار کرے یا دل ہی دل میں اپنی قسمت کو کوسے تو اللہ تعالٰی اس کے گھر سے خیر و برکت اٹھالیتا ہے۔ ایسا شخص نعمت کی ناقدری کے جرم میں

معاف نہیں کیا جا سکتا۔

یاد رکھیے تمام کائنات کا تنہا مالک خدائے واحد ہے۔ زندگی کے تمام وسائل اسی کے اختیار میں ہیں۔ نفع و نقصان' تنگی و خوش حالی اور امیری و مفلسی کے فیصلے وہی کرتا ہے۔ اس کی ذات پر مکمل اعتماد کا تقاضا ہے کہ آپ ہر بچے کی پیدائش پر دل کی گہرائیوں سے خدا کا شکر ادا کریں اور احساس تشکر آپ کے چہرے اور خدوخال سے ظاہر ہو۔ مفلسی و ناداری کے خوف سے اسقاط حمل جیسے رذائل سے اپنا دامن بچائیے اور خدا پر توکل کو شیوۂ زندگی بنائیے۔ کفالت و رزق رسانی کی ذمے داری خدا نے خود لی ہے۔ صرف سعی و جہد اور تگ و دو کرنا آپ کا کام ہے۔ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے :

و لا تقتلوا اولادکم خشیتہ املاق نحن نرزقھم و ایاکم ان قتلھم کان خطا کبیرا۔ (بنی اسرائیل)

"تم اپنی اولاد کو مفلسی کے ڈر سے قتل نہ کرو ہم انھیں بھی رزق دیتے ہیں اور تمہیں بھی۔ بے شک ان کا قتل کرنا بھاری غلطی ہے"۔

جس طرح آپ بچے کی ولادت پر خوش ہوتے ہیں اسی طرح بچی کی ولادت پر دل سے خوشی منائیے۔ ہندو سماج سے میل جول کے نتیجے میں لڑکی سے متعلق جو غلط تصورات مسلم سماج میں جڑ پکڑ رہے ہیں ان کا تدارک کیجیے اور بچی کی پیدائش پر دل گرفتہ ہونے کے بجائے طمانیت قلبی کا اظہار کیجیے۔ یقین رکھیے کہ ہر ذی روح اپنے حصے کی روزی اپنے ہم راہ لے کر آتا ہے۔ اس کا عین امکان ہے کہ نومولود بچی کی آمد آپ کے گھر میں خیروبرکت کا باعث اور رزق میں کشادگی کا سبب بن جائے۔ مشاہدہ و تجربہ بتاتا ہے کہ بہت سے زبوں حال گھرانوں میں بچی کی پیدائش کے بعد خوش حالی آگئی۔ یہ سوچنا کہ بچی بڑی ہو کر سسرال چلی جائے گی اور اس پر خرچ کیا ہوا پیسہ آپ کے کسی کام نہ آسکے گا' جب کہ بچہ بڑا ہو کر جو کچھ کمائے گا' وہ آپ کے کام آئے گا'

سرتا سر غلط ہے۔ اس بات کی کیا ذمے داری ہے کہ لڑکا بڑا ہو کر لازماً آپ کا اطاعت گزار ہی ہو گا۔ دیکھا گیا ہے کہ بہت سے لڑکے جب اپنے پیروں پر کھڑے ہو جاتے ہیں تو ماں باپ کے لیے دردِ سر بن جاتے ہیں۔ ان کی خدمت کرنے کے بجائے طرح طرح سے ان کو ستاتے ہیں جب کہ لڑکیاں عموماً فرماں بردار ہوتی ہیں۔ دل و جان سے ماں باپ کی خدمت کرتی ہیں۔ لڑکی کی شکل میں اللہ نے ایک عظیم امانت آپ کے سپرد کی ہے اور آپ کے لیے سخت امتحان ہے کہ اس امانت میں آپ کوئی خیانت تو نہیں کرتے۔ چناں چہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے بچی کی پرورش و پرداخت پر جنت کی خوش خبری سنائی ہے۔

جب آپ کے کسی دوست یا عزیز کے گھر ولادت ہو تو اس پر بھی خوشی کا اظہار کیجیے۔ بچے کے والدین کو مبارک باد دیجیے' اس سے ارتباط و محبت میں اضافہ ہوتا ہے اور باہمی تعلقات میں خوش گواری و استحکام پیدا ہوتا ہے۔ مسلم معاشرے میں اس روایت کو عام ہونا چاہیے کہ بچے کی ولادت پر مبارک باد دی جائے۔ نیک تمناؤں کا اظہار کیا جائے اور اس کے حق میں دعاے خیر کی جائے۔ قرآن پاک متعدد مواقع پر بشارت اور خوش خبری کا تذکرہ کرتا ہے تاکہ ملت اسلامیہ اس بارے میں رہ نمائی حاصل کر سکے۔

حضرت زکریاؑ علیہ السلام کا قصہ بیان کرتے ہوئے اللہ تعالیٰ فرماتا ہے :

فنادته الملائكة و هو قائم يصلي في المحراب ان الله يبشرك بيحيى۔

(آل عمران-۳۹)

"چناں چہ ان کو فرشتوں نے آواز دی جب کہ وہ محراب میں کھڑے نماز پڑھ رہے تھے کہ اللہ تم کو یحییٰ کی خوش خبری دیتا ہے"۔

ایک دوسری جگہ حضرت زکریا علیہ السلام کو ان الفاظ میں خوش خبری سنائی جاتی ہے :

یا زکریا انا نبشرک بغلام اسمہ یحی لم نجعل لہ من قبل سمیا۔

(مریم-۷)

"اے زکریا ہم تجھے ایک لڑکے کی بشارت دیتے ہیں جس کا نام یحیٰ ہوگا' ہم نے اس سے پہلے اس نام کا کوئی آدمی پیدا نہیں کیا"۔

حضرت ابراہیم علیہ السلام اور ان کی بیوی کو حضرت اسحاق علیہ السلام کی بشارت کا تذکرہ قرآن پاک ان الفاظ میں کرتا ہے :

و لقد جاء ت رسلنا ابراھیم بالبشری قالو سلاما قال سلام فما لبث ان جاء بعجل حنیذ - (ہود-۶۹)

"ابراہیم کے پاس ہمارے فرشتے خوش خبری لیے ہوئے پہنچے۔ انھوں نے کہا تم پر سلام ہو۔ ابراہیم علیہ السلام نے جواب دیا تم پر بھی سلام ہو۔ ابھی کچھ دیر بھی نہ گزری تھی کہ ابراہیم ایک بھنا ہوا بچھڑا لے آئے"۔

ان آیات سے واضح طور پر یہ اشارہ ملتا ہے کہ ولادت کے موقع پر خوش خبری و مبارک باد دینا خدا کا پسندیدہ عمل ہے اور یہ بھی تعلیم ملتی ہے کہ خوش خبری و مبارک باد دینے والے کے جذبات کی قدر کی جائے۔ اس کے لیے دعاے خیر کی جائے اور اگر ممکن ہو تو اس کی خاطر مدارات کی جائے۔ احادیث سے یہ بھی واضح ہوتا ہے کہ بچے کی پیدائش پر اظہار مسرت کرنا اور مبارک باد دینا مستحسن و باعث خیرو برکت ہے۔ بخاری کی روایت ہے کہ "جب نبی کریمؐ کی ولادت ہوئی تو آپؐ کے چچا ابولہب کی لونڈی ثوبیہ نے جاکر ابولہب کو یہ خوش خبری سنائی کہ آج رات عبداللہ کے گھر بیٹا پیدا ہوا ہے۔ اس خوش خبری میں ابولہب نے اپنی باندی ثوبیہ کو آزاد کردیا۔ (بخاری)

اللہ تعالیٰ نے ابولہب کے اس عمل کو ضائع نہیں فرمایا۔ محدث سہیلی نے بیان کیا ہے کہ حضرت عباسؓ نے فرمایا کہ ابولہب کے مرنے کے ایک سال بعد میں نے اس کو خواب میں دیکھا' وہ بری حالت میں تھا اور کہہ رہا تھا کہ تم لوگوں سے رخصت

ہونے کے بعد مجھے کسی قسم کا آرام نصیب نہیں ہوا' البتہ ہر دوشنبہ کے دن میرے عذاب میں تخفیف کردی جاتی ہے۔

آپ جانتے ہی ہیں کہ دوشنبہ وہ مبارک دن ہے' جس روز رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی ولادت باسعادت ہوئی اور آپؐ کی ولادت کی خوش خبری سن کر ابولہب نے اپنی باندی ثوبیہ کو آزاد کردیا تھا۔



باب دوم (ولادت کے بعد)

گھٹی دینا

جب بچہ پیدا ہو جائے تو اسے میٹھی چیز کی گھٹی دینا چاہیے۔ گھٹی سے بچہ منہ ہلاتا ہے' اس کے جبڑے حرکت کرتے ہیں' وہ کچھ دیر تک گھٹی کو چوستا ہے' اس طرح بچہ ماں کے پستان سے دودھ پینے کے لیے تیار ہو جاتا ہے۔

حضرت ابو موسیٰ اشعریؓ بیان کرتے ہیں :

ولد لی غلام فاتیت به النبی صلی الله علیه وسلم فسماه ابراهیم و حنکه بتمرة -

(بخاری)

"میرے یہاں بچہ پیدا ہوا' میں اس کو نبی اکرمؐ کے پاس لے گیا' آپؐ نے اس کا نام ابراہیم رکھا اور اسے کھجور کی گھٹی دی"۔

کھجور کی گھٹی دینے کا مطلب یہ ہے کہ پہلے کھجور کو منہ سے خوب چبایا جائے اور پھر اسے بچے کے منہ میں رکھ دیا جائے تاکہ بچہ آسانی کے ساتھ اسے منہ چلا کر نگل سکے۔ علماء کا اس بات پر اتفاق ہے کہ بچے کو گھٹی دی جائے۔ اگر کھجور میسر ہو تو بہتر ہے ورنہ جو میٹھی چیز (میسر آجائے بہ شرطے کہ وہ بچے کے لیے نقصان دہ نہ ہو جس میٹھی چیز) کی گھٹی دی جائے اسے خوب چبایا جائے تاکہ نومولود آسانی سے اسے نگل سکے۔

بہتر یہ ہے کہ گھٹی نیک آدمی سے ولائی جائے۔ نیک آدمی گھٹی دے کر بچے کے لیے خیر و برکت کی دعا بھی کر دے تو زیادہ بہتر ہے۔ حضرت ابو موسی اشعریؓ کی ایک دوسری روایت میں گھٹی کے تذکرے کے بعد یہ بھی اضافہ ہے :

و دعا له بالبرکة و دفعه الی و کان اکبر ولد ابی موسی۔ (بخاری)

"اور آپؐ نے بچے کے لیے برکت کی دعا فرمائی اور مجھے واپس کر دیا۔ راوی کا بیان ہے کہ یہ حضرت ابو موسی اشعری کا سب سے پہلا بچہ تھا"۔

حضرت انسؓ حضرت ابو طلحہؓ کے بچے کی پیدائش کا واقعہ بیان کرتے ہوئے کہتے ہیں کہ "بچہ پیدا ہونے کے بعد مجھ سے حضرت ابو طلحہؓ نے کہا کہ اس بچے کو نبی کریمؐ کے پاس لے جاؤ اور ساتھ میں کچھ کھجوریں بھی دے دیں۔ نبی کریمؐ نے اس بچہ کو اپنی گود میں لے لیا اور دریافت کیا "کیا اس کے ساتھ کوئی چیز بھی لائے ہو" عرض کیا "جی ہاں کچھ کھجوریں ہیں" آپؐ نے کھجور کو چبایا اور اپنے دہن مبارک سے نکال کر بچے کے منہ میں رکھ دیں اور عبداللہ نام تجویز فرمایا۔

اس حدیث سے یہ بات بھی سامنے آتی ہے کہ بچے کی پیدائش کے فوراً بعد بھی اسے گھر سے باہر نکالا جا سکتا ہے' جو لوگ چالیس روز تک بچے کو گھر سے نکالنا غلط سمجھتے ہیں' ان کے پاس کوئی شرعی دلیل نہیں ہے۔ اگر ایسا کرنا غلط ہوتا تو صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین ایسا نہ کرتے اور اگر وہ لاعلمی کی بنیاد پر ایسا کر بیٹھتے تو نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم ان کی ضرور رہنمائی فرماتے۔

بہرحال بچے کو کسی میٹھی چیز کی گھٹی دینا مسنون بھی ہے اور مفید بھی۔

بچے کے کان میں اذان و اقامت کہنا

بچے کی پیدائش کے بعد بچے کو صاف ستھرا کر کے اس کے کان میں اذان کہنا مسنون ہے۔ ابن قیم نے اذان کا فلسفہ بیان کرتے ہوئے تحریر کیا ہے کہ بچہ دنیا میں

آکر سب سے پہلے خدا کی بڑائی کی آواز سنتا ہے' اس کے کان توحید اور رسالت سے آشنا ہوتے ہیں۔ گویا دنیا میں آتے ہی بچے کو اسلامی شعار کی تلقین کی جاتی ہے' جس طرح کہ دنیا سے رخصت ہونے والے کو کلمہ شہادت کی تلقین کی جاتی ہے۔ مزید یہ کہ اذان کے الفاظ سے بچے کے دل پر غیر شعوری طور پر اچھے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔

بچے کے کان میں اذان کی حکمت یہ بھی ہے کہ اذان کے کلمات سے شیطان بھاگ جاتا ہے قبل اس کے کہ شیطان بچے سے اپنا تعلق قائم کرے' پہلے ہی مرحلے میں اس پر سخت وار ہو جاتا ہے۔ بچے کی روح شیطانی دعوت سے پہلے اسلامی دعوت سے شناسا ہو جاتی ہے۔

نام رکھنا

بچے کی ولادت کے بعد اس کا نام رکھنا ہر سماج کا عام معمول ہے۔ بچے کی ولادت کے بعد والدین اور متعلقین اس کا اچھا سا نام رکھتے ہیں' تاکہ یہ نام اس کی شناخت اور تعارف کا ذریعہ بن سکے۔ نام رکھنے کے سلسلے میں لوگ بہت سی باتوں کا اہتمام کرتے ہیں۔ بعض لوگ باپ کے نام کو لاحقہ کے طور پر استعمال کرتے ہیں اور بعض لوگ بزرگوں کی نسبت سے نام رکھتے ہیں۔

اسلام جو ایک مکمل نظام حیات ہے اور زندگی کے ہر شعبے سے بحث کرتا ہے' وہ بھلا کب اس پہلو کو تشنہ چھوڑ سکتا تھا چنانچہ اس نے بچوں کے نام رکھنے کے سلسلے میں بھی کچھ واضح اشارات دیے ہیں' جن کی روشنی میں والدین اپنے بچے کا بہتر سے بہتر نام رکھ سکتے ہیں۔

نام کب رکھا جائے؟

بچے کا نام کب رکھا جائے؟ اس سلسلے میں اسلام کسی تاریخ یا دن کو متعین نہیں

کرتا ہے' بلکہ یہ والدین اور متعلقین پر چھوڑ دیتا ہے کہ وہ کسی بھی وقت بچے کا اچھا سا نام رکھ دیں۔ البتہ یہ بات بہتر اور مستحسن ہے کہ پیدائش کے ساتویں روز بچے کا نام رکھا جائے۔ رسول اکرمؐ کا ارشاد ہے :

کل غلام رھین بعقیقتہ تذبح عنہ یوم سابعہ و یسمی فیہ و یحلق راسہ۔

(سنن نسائی)

"ہر بچہ اپنے "کے ساتھ گروی ہے۔ پیدائش کے ساتویں دن اس کی طرف سے جانور ذبح کیا جائے' اس کا نام رکھا جائے اور اس کا سر مونڈا جائے"۔

احادیث سے یہ بھی معلوم ہوتا ہے کہ بچے کا نام پیدائش کے دن بھی رکھا جا سکتا ہے۔ حضرت سہل بن سعد ساعدیؓ بیان کرتے ہیں :

"ابو اسیدؓ کے بیٹے منذرؓ کی جب ولادت ہوئی تو اس کو رسول اللہؐ کے پاس لایا گیا۔ آپؐ نے اس کو اپنی ران پر رکھ لیا۔ ابو اسیدؓ بھی اس مجلس میں موجود تھے۔ تھوڑی دیر بعد آپؐ اپنے سامنے کسی چیز کی طرف متوجہ ہوئے' اس دوران اس بچے کو آپؐ کی ران پر سے اٹھالیا گیا' آپؐ نے فرمایا بچہ کہاں ہے؟ ابو اسیدؓ نے کہا "اے اللہ کے رسولؐ ہم نے اس کو واپس کردیا ہے" آپؐ نے فرمایا "اس کا کیا نام رکھا ہے؟" ابو اسیدؓ نے کہا "فلاں نام رکھا ہے" آپؐ نے فرمایا: "نہیں اس کا نام منذر ہے"۔ (بخاری و مسلم)

حضرت انسؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

"رات میرے یہاں بچہ پیدا ہوا' تو میں نے اس کا نام ابو ابراہیم رکھا ہے"۔

(مسلم)

ان احادیث سے یہ بات واضح ہو جاتی ہے کہ نام رکھنے کے سلسلے میں کسی دن یا

تاریخ کی کوئی تخصیص یا تعین نہیں ہے۔ پہلے دن بھی نام رکھا جاسکتا ہے' تیسرے دن تک بھی تاخیر کی جاسکتی ہے اور ساتویں دن تک بھی موخر کیا جاسکتا ہے اور اس کے بعد بھی رکھنا جائز ہے۔ اس سلسلے میں والدین یا سرپرستوں کو پورا اختیار دیا گیا ہے۔

پسندیدہ و ناپسندیدہ نام

بچے کا نام بہت اچھا' خوب صورت اور پیارا ہونا چاہیے۔ اس لیے کہ بچے کی شخصیت و کردار پر اس کے نام کا بھی اثر پڑتا ہے۔ بچے کے لیے ایسے نام کا انتخاب کرنا چاہیے جو لفظ و معنی دونوں اعتبار سے بہتر اور مناسب ہو۔ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا :

انکم تدعون یوم القیامۃ باسمائکم و باسماء اباٸکم فاحسنوا اسمائکم۔

(ابوداؤد)

"قیامت کے دن تمہیں' تمہارے نام اور تمہارے باپ کے نام کے ساتھ پکارا جائے گا' اس لیے اپنے اچھے نام رکھا کرو"۔

اپنے بچے کے لیے ایسا نام تجویز کرنے کی کوشش کیجیے جو آخرت میں آپ کے لیے باعث فخر اور بچے کے لیے باعث عزت ہو۔ ایسا نام رکھنے سے پرہیز کیجیے جس سے ابتذال اور غیر سنجیدگی ٹپکتی ہو یا ہنسی مذاق کا ذریعہ بن سکتا ہو۔ یا اس سے بد خلقی کی بو آتی ہو یا شرف و عظمت کے خلاف ہو۔

حضرت عبداللہ بن عمرؓ بیان کرتے ہیں کہ حضرت عمرؓ کی ایک لڑکی کا نام عاصیہ (نافرمان) تھا۔ جب رسول کریمؐ کو معلوم ہوا تو آپؐ نے اس کا نام "جمیلہ" رکھ دیا۔ (ترمذی)

اگر آپ کوئی ایسا نام رکھ چکے ہیں جس کے معنی آپ کو یاد نہیں تھے بعد میں معلوم ہوا کہ معنوی لحاظ سے نام مناسب نہیں ہے تو اس نام کو بدل دیجیے بلکہ کسی

شخص کا نام اگر نامناسب ہو اور آپ اس کو بدل سکتے ہوں تو بدل دیجیے اور کوئی اچھا سا نام رکھ دیجیے۔ حضرت عائشہؓ نبی کریمؐ کے بارے میں بیان فرماتی ہیں :

کان یغیر الاسم القبیح۔ (ترمذی) "آپ برا نام بدل دیا کرتے تھے۔"

ایک شخص رسول اکرمؐ سے ملاقات کے لیے حاضر ہوا۔ آپؐ نے دریافت فرمایا "تمہارا کیا نام ہے؟ اس نے کہا "شیطان بن قرط" آپؐ نے فرمایا آج سے تمہارا نام عبداللہ بن قرط ہے۔ (استیعاب)

ایسے نام رکھنے سے پرہیز کرنا چاہیے جن سے حماقت و جہالت ' بدبختی و بد نصیبی یا مصیبت و تکلیف کا مفہوم نکلتا ہو۔ انسان کے نام کا اثر اس کی زندگی اور شخصیت پر بہت گہرا پڑتا ہے۔

نبی کریمؐ کی خدمت میں ایک صاحب آئے ' آپؐ نے ان کا نام پوچھا تو انہوں نے کہا میرا نام "غافل" ہے۔ آپؐ نے ان کا نام بدل کر "محمد عاقل" رکھ دیا۔

ایک شخص خدمت اقدس میں حاضر ہوا۔ آپؐ نے اس سے اس کے نام کے بارے میں دریافت کیا' آپ کو بتایا گیا کہ اس کا نام اسود (کالا کلوٹا) ہے۔ آپؐ نے اس کا نام بدل کر "ابیض" (گورا چٹا) رکھ دیا۔

حضرت عمرؓ کے چچا زاد بھائی کا نام عاصی (نافرمان) تھا رسول خداؐ نے حضرت عمرؓ سے فرمایا میں نے ان کا نام بدل کر مطیع (فرماں بردار) رکھ دیا ہے۔ چناں چہ ان صحابیؓ کا نام تمام تذکروں میں "مطیع" ملتا ہے۔

ایک مرتبہ نبی کریمؐ نے فرمایا کہ اس اونٹنی کو کون دوہے گا؟ ایک شخص نے جواب دیا کہ یا رسول اللہؐ میں حاضر ہوں۔ آپؐ نے پوچھا تمہارا کیا نام ہے؟ اس نے کہا میرا نام مرہ (کڑوا) ہے۔ آپؐ نے فرمایا تم بیٹھ جاؤ اور پھر اعلان کیا کہ اس اونٹنی کا دودھ کون نکالے گا؟ ایک شخص نے کہا کہ میں حاضر ہوں۔ آپؐ نے اس کا نام دریافت فرمایا۔ اس نے جواب دیا میرا نام حرب (لڑائی) ہے آپؐ نے فرمایا کہ بیٹھ

جاؤ۔ پھر تیسری بار آواز دی کہ اونٹنی کون دوہے گا؟ ایک شخص نے جواب دیا کہ میں حاضر ہوں۔ آپؐ نے دریافت فرمایا کہ تمہارا کیا نام ہے؟ اس نے اپنا نام یعیش (زندہ) بتایا۔ آپؐ نے فرمایا "اچھا تم دودھ نکالو"۔

حضرت سعید بن مسیبؒ کہتے ہیں کہ میرے دادا نے بیان کیا کہ میں خدمت رسالت مابؐ میں حاضر ہوا۔ آپؐ نے دریافت فرمایا "تمہارا کیا نام ہے؟" میں نے کہا "میرا نام حزن (سخت زمین) ہے"۔ آپؐ نے فرمایا "تم سہل (نرم و ہموار زمین) ہو" یعنی اپنا نام سہل رکھ لو۔ انہوں نے کہا "میرے والد نے میرا جو نام رکھا ہے میں اس کو نہیں بدلوں گا"۔ حضرت سعید بن مسیبؒ کہتے ہیں کہ اس وقت سے ہمارے گھرانے میں سختی و تندی پائی جاتی ہے۔(بخاری)

اس سلسلے میں ایک بڑی عبرت ناک روایت حضرت امام مالک نے اپنی مشہور کتاب "موطا" میں حضرت یحییٰ بن سعید کی سند سے نقل کی ہے کہ حضرت عمرؓ نے ایک آدمی سے پوچھا تمہارا کیا نام ہے؟

اس نے بتایا : جمرہ (انگارہ)

آپؓ نے پوچھا : تم کس کے لڑکے ہو؟

اس نے بتایا : میں شہاب (آگ کی چمک) کا لڑکا ہوں۔

آپؓ نے دریافت کیا : کس گھرانے سے تمہارا تعلق ہے؟

اس نے بتایا : حرقہ (سوزش جلن) خاندان سے۔

آپؓ نے فرمایا : تمہارا گھر کہاں ہے؟

اس نے بتایا : حرۃ النار (آگ کی تپش) میں

آپؓ نے فرمایا : کس کے ساتھ؟

اس نے بتایا : ذات لظیٰ (شعلہ والی) کے ساتھ

یہ سن کر حضرت عمرؓ نے فرمایا :

"اپنے گھر والوں کو جاکر دیکھو وہ جل کر ہلاک ہو چکے ہیں۔ وہ گھر لوٹا تو حضرت عمرؓ کے قول کو سچ پایا اس کا پورا گھر جل کر تباہ ہو چکا تھا۔ (موطا امام مالک)

اللہ کے ذاتی و صفاتی ناموں میں سے کوئی نام بھی منتخب نہیں کرنا چاہیے مثلاً اللہ، خالق، حاکم، احد، صمد وغیرہ اس لیے کہ یہ نام اللہ کے ساتھ مخصوص ہیں اسی طرح سے عبدالخالق، عبدالغفور جیسے ناموں کو صرف خالق اور غفور کہہ کر نہیں پکارنا چاہیے۔ ہندوپاک میں یہ عام رواج ہے کہ نام کے شروع سے "عبد" ہٹا کر پکارتے ہیں۔ یہ معنوی لحاظ سے غلط ہے۔

ایک بار حضرت ہانیؓ اپنی قوم کے ساتھ آپؐ سے ملاقات کے لیے مدینے حاضر ہوئے۔ لوگ انھیں "ابوالحکم" کی کنیت سے پکارتے تھے، آپؐ کو معلوم ہوا تو آپؐ نے حضرت ہانی کو بلایا اور فرمایا اللہ حکم ہے فیصلہ و حکمرانی کا حق اسی کو ہے، پھر تمہاری کنیت ابوالحکم کیوں ہے؟ انھوں نے کہا جب میرے قبیلے کے لوگوں کے درمیان اختلاف ہوتا ہے تو وہ میرے پاس آتے ہیں میں ان کے درمیان فیصلہ کرتا ہوں اور دونوں فریق میرے فیصلے پر راضی ہوجاتے ہیں۔ یہ سن کر رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا بہت اچھی بات ہے، پھر آپؐ نے ان سے دریافت فرمایا کیا تمہارا کوئی لڑکا نہیں ہے؟ انھوں نے کہا شریح، مسلم اور عبداللہ میرے لڑکے ہیں۔ آپؐ نے فرمایا ان میں کون سب سے بڑا ہے؟ انھوں نے کہا شریح سب سے بڑا ہے۔ آپؐ نے فرمایا تو تمہاری کنیت ابو شریح ہے۔

ایسے نام رکھنے سے بھی پرہیز کرنا چاہیے کہ پکارتے وقت یا "نا" میں جواب دیتے وقت، جن کا مفہوم بدل جائے مثلاً افلح (کامران) فرض کیجیے آپ نے کسی کا نام افلح رکھا۔ وقت ضرورت آپ نے اس کو آواز دی کیا افلح یہاں ہے؟ وہ موجود نہیں اس لیے جواب دیا گیا لاافلح (کامران نہیں)۔ جواب میں افلح کے ساتھ حرف نفی لگنے سے ایک بددعائیہ جملہ ہوگیا ہے۔ اس لیے ایسے ناموں سے پرہیز کرنا چاہیے جن کے

ساتھ لفظ "نہیں" یا لفظ "نا" لگنے سے بدشگونی ظاہر ہوتی ہو۔ نبی کریمؐ نے فرمایا تم اپنے بچے کا نام یسار (آسان)، رباح (فائدہ)، نجیح (کامران)، اور افلح (کامران) نہ رکھو کیوں کہ تم پکارو گے کیا وہ یہاں ہے؟ وہ اگر نہیں ہوگا تو کہا جائے گا "نہیں ہے"۔ (مسلم، ترمذی)

ایسے نام رکھنے سے بھی پرہیز کرنا چاہیے جن سے غیراللہ کی عبدیت ظاہر ہوتی ہو جیسے عبدالرسول، عبدالنبی، عبدالکعبہ وغیرہ اس طرح کے نام رکھنا حرام اور ممنوع ہیں۔ اگر کسی شخص کا نام اس طرح کا ہو تو آپ اس کا نام بدلنے کی کوشش کیجیے اگر آباء و اجداد یا خاندان کا نام اس نوعیت کا ہے تو وقت ضرورت تعارف کی خاطر یہ نام لیا جاسکتا ہے۔ اس میں شرعاً کوئی قباحت نہیں ہے۔ صحابہ کرامؓ نبی کریمؐ کے سامنے اپنے ان قبیلوں کا تذکرہ بھی کرتے تھے جن کے نام سے غیراللہ کی عبدیت ظاہر ہوتی تھی۔ جیسے بنی عبد مناف، بنی عبد شمس، بنی عبدالدار، خود رسول کریمؐ نے اپنے خاندان و نسب کی خبر دیتے ہوئے فرمایا :

انا النبی لا کذب

انا ابن عبدالمطلب

"میں نبی ہوں، اس میں کوئی جھوٹ نہیں، میں عبدالمطلب کا بیٹا ہوں"۔

ایسے نام رکھنے سے بھی پرہیز کرنا چاہیے جو کسی دوسری قوم، تہذیب یا مذہب کے آئینہ دار ہوں۔ مثلاً پیارے لال، کرشن نور، دلیپ کمار، سوسن، نکسن، او تھانٹ وغیرہ۔ اس طرح کے نام اس بات کی غمازی کرتے ہیں کہ آپ کا میلان اور رجحان دوسری قوم اور تہذیب کی طرف ہے۔ آپ کو ملت اسلامیہ کا فرد ہونے پر فخر ہونا چاہیے۔ آپ کا اور آپ کے بچوں کا نام اسلامی تشخص و امتیاز کا آئینہ دار ہونا چاہیے۔

ایسے نام رکھنے کی کوشش کرنا چاہیے جو آسانی سے زبان زد ہوسکتے ہوں،

مفہوم و معانی کے لحاظ سے بہتر ہوں اور وزن و ساخت کے اعتبار سے عمدہ۔ ایسے ناموں کو ترجیح دینا چاہیے جو رسول خدا نے رکھے ہیں یا جن پر آپؐ نے پسندیدگی کا اظہار فرمایا ہے مثلاً انبیاے کرام کے نام یا وہ نام جو اللہ کی عبدیت کا مظہر ہوں جیسے عبداللہ' عبدالرحمٰن وغیرہ۔ پیارے نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا :

تسموا باسماء الانبیاء و احب الاسماء الی اللہ عبداللہ و عبد الرحمن و اصدقھا حارث و ھمام و اقبحھا حرب و مرۃ ۔

"تم انبیاء کے ناموں پر نام رکھو۔ سب سے زیادہ پسندیدہ نام عبداللہ اور عبدالرحمٰن ہیں۔ سب سے سچے نام حارث (کاشتکار) اور ہمام (سردار) ہیں اور سب سے برے نام حرب (لڑائی) اور مرہ (تلخی) ہیں"۔

عقیقہ کرنا

بچے کی پیدائش کے ساتویں دن عقیقہ کرنا سنت ہے' لیکن فرض یا واجب نہیں ہے۔ عقیقہ کرنے سے بچے کی بہت سی مصیبتیں دور ہو جاتی ہیں۔ اللہ کا تقرب حاصل ہوتا ہے۔ خوشی کا اظہار ہوتا ہے۔ عقیقے کا گوشت غریبوں میں تقسیم کرنے سے غریبوں کی دعائیں بچے کو ملتی ہیں جن کے قبول ہونے کا قوی امکان رہتا ہے۔ رشتے داروں اور پڑوسیوں کو بھی گوشت دیا جاتا ہے یا کھلایا جاتا ہے' اس سے سماجی روابط مضبوط ہوتے ہیں۔ اخوت اور بھائی چارے کی فضا استوار ہوتی ہے اور نومولود کے لیے لوگوں کے دلوں میں محبت پیدا ہوتی ہے۔ بڑے ہونے پر بچے کو جب یہ معلوم ہوتا ہے کہ اس کی پیدائش پر عقیقے کی سنت ادا کی گئی تھی' تو اس کے اندر سنت پر عمل کرنے کا جذبہ پیدا ہوتا ہے۔ اپنے گھرانے کی دین داری پر اعتماد ہوتا ہے اور اس کے ذہن میں دین داری کی جڑیں مضبوط ہوتی ہیں۔

عقیقے کی مشروعیت احادیث سے ثابت ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

مع الغلام عقیقتہ فاھرقو عنہ دما و امیطوا عنہ الاذی۔ (بخاری)

"لڑکے کا عقیقہ کرو۔ اس کی طرف سے خون بہاؤ اور اس سے تکلیف دور کرو (سر کے بال صاف کرو)"۔

ایک دوسرے موقع پر آپؐ نے فرمایا :

الغلام مرتھن بعقیقتہ "بچہ اپنے عقیقے کے ساتھ رہن ہے"۔

اس حدیث کی وضاحت امام احمد بن حنبل نے یوں فرمائی ہے :

"اس کا تعلق شفاعت سے ہے یعنی اگر نومولود بچپن ہی میں مرگیا اور اس کا عقیقہ نہ کیا گیا ہو تو وہ اپنے والدین کے لیے شفاعت نہیں کرے گا۔(فتح الباری)

عقیقے کے سلسلے میں متعدد احادیث وارد ہوئی ہیں' جن سے عقیقے کی فضیلت و اہمیت پر روشنی پڑتی ہے۔ صاحب مقدرت مسلمان کو چاہیے کہ وہ نومولود کی طرف سے عقیقہ کرکے اجر وثواب حاصل کرے اور قربانی کی شکل میں بچے کا فدیہ پیش کرکے اس کے لیے مصیبتوں سے تحفظ کا سامان فراہم کرے۔

لڑکے کی طرف سے دو بھیڑ یا دو بکریاں ذبح کی جائیں اور لڑکی کی طرف سے ایک بھیڑ یا ایک بکری ذبح کی جائے۔ بکرے اور بکریاں دونوں کا ایک ہی حکم ہے یعنی نر ہوں یا مادہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا :

عن الغلام شاتان و عن الانثی واحدۃ و لا یضرکم ذکرانا کن او اناثا۔

(مسند احمد)

"لڑکے کی طرف سے دو بکریاں اور لڑکی کی طرف سے ایک بکری' چاہے وہ نر ہوں یا مادہ اس سے کوئی حرج نہیں پڑتا"۔

عقیقے میں اونٹ' گائے یا بھینس وغیرہ بھی ذبح کی جاسکتی ہے۔ مگر بہتر یہی ہے کہ بھیڑ یا بکری ذبح کی جائے اس لیے کہ احادیث میں اسی کا تذکرہ ملتا ہے۔

عقیقہ ساتویں دن کرنا افضل ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا :

کل غلام رھینتہ بعقیقتہ تذبح عنہ یوم السابع و یحلق راسہ و یسمی۔

(ترمذی و نسائی)

"ہر بچہ اپنے عقیقے سے بندھا ہوا ہے۔ ساتویں دن ان کی طرف سے قربانی کی جائے۔ اس کا سر مونڈا جائے اور اس کا نام رکھا جائے"۔

اگر ساتویں دن عقیقہ نہ کیا جاسکے تو چودھویں یا اکیسویں دن عقیقہ کیا جائے۔ حضرت عائشہؓ کا فتویٰ ان الفاظ میں موجود ہے :

و لیکن ذاک یوم السابع فان لم یکن ففی اربعتہ عشر فان لم یکن ففی احدی و عشرین۔ (مستدرک۔ حاکم)

"عقیقہ ساتویں دن ہونا چاہیے اگر میسر نہ ہو تو چودھویں دن اور پھر بھی میسر نہ ہو تو اکیسویں دن"۔

بعض علماء کی رائے یہ ہے کہ اگر چودھویں یا اکیسویں روز بھی عقیقہ نہ کیا جاسکتا ہو تو کسی ایسے دن کردیا جائے جو بچے کی پیدائش کا ساتواں دن ہو مثلاً اٹھائیسویں دن یا پینتیسویں دن اور اس کی آسان ترکیب یہ ہے کہ بچہ جس روز پیدا ہوا ہے' اس سے پہلے والے دن عقیقہ کیا جائے۔ مثلاً بچہ منگل کو پیدا ہوا ہے تو پیر کو عقیقہ کیا جائے۔ جس پیر کو بھی عقیقہ کیا جائے گا' وہ پیدائش کا ساتواں دن پڑے گا۔

عقیقے سے متعلق دوسرے احکام کو قربانی کے احکام پر قیاس کیا جائے گا مثلاً جس جانور کی قربانی جائز نہیں' اس کا عقیقہ بھی جائز نہیں اور جس جانور کی قربانی جائز ہے اس کا عقیقہ بھی جائز ہے۔

عقیقے کا گوشت کچا بھی تقسیم کیا جاسکتا ہے اور پکا کر بھی اور یہ بھی جائز ہے کہ دعوت کرکے کھلا دیا جائے۔ عقیقے کا گوشت قربانی کی طرح گھر والوں کے لیے بھی کھانا جائز ہے۔ بہتر یہ ہے کہ گوشت کے تین حصے کیے جائیں ایک حصہ گھر کے لیے ایک حصہ رشتہ داروں اور دوستوں کے لیے ایک حصہ غریبوں اور مسکینوں کے لیے۔

اگر کسی وجہ سے کسی کا عقیقہ بچپن میں نہ ہوا ہو تو وہ بالغ ہونے کے بعد اپنا عقیقہ کرسکتا ہے۔ حضرت انس بن مالک کی روایت ہے کہ پیارے نبیؐ نے اپنا عقیقہ خود کیا۔(مسند بزاز) ایک روایت میں اس بات کی وضاحت ہے کہ آپؐ نے نبوت ملنے کے بعد اپنا عقیقہ کیا۔(مصنف عبدالرزاق)

کچھ لوگ اس بات کو ضروری سمجھتے ہیں کہ جب نائی بال مونڈنے کے لیے استرہ سرپر رکھے تو اسی وقت عقیقے کے جانور کو ذبح کیا جائے' اس کی کوئی شرعی حیثیت نہیں ہے۔ بال پہلے مونڈ دیے جائیں یا جانور کو پہلے ذبح کردیا جائے۔ یا دونوں کام ایک ساتھ انجام پاجائیں' سب جائز اور درست ہے۔

بعض جگہ برادری اور رشتہ داری کے لوگ جمع ہوتے ہیں بلکہ باقاعدہ دعوت دے کر انہیں بلایا جاتا ہے اور سر مونڈنے کے بعد پیالی وغیرہ میں ہر ایک کچھ نہ کچھ نقدی ڈالتا ہے اور یہ نائی کا حق سمجھا جاتا ہے یہ ایک بری رسم ہے جس کا جواز شریعت میں موجود نہیں ہے۔

بعض لوگ شگون بد کی وجہ سے عقیقے کی ہڈیوں کو توڑنا برا سمجھتے ہیں یہ مشرکانہ شگون ہے۔ اس سے پرہیز کرنا چاہیے۔ البتہ اگر گوشت کے پورے پورے اعضا ہدیہ دینا ہوں تاکہ مساکین کو زیادہ گوشت ملے تو ایسا کرنا بہتر ہے۔

عقیقے کا جانور ذبح کرتے وقت بچے کا نام لیا جائے' حدیث میں عقیقے کی دعا ان الفاظ میں وارد ہوئی ہے :

بسم اللہ اللھم لک و الیک ھذہ عقیقۃ فلان۔ "اللہ کے نام سے! اے اللہ یہ تیرا مال ہے اور تیرے حضور پیش ہے یہ فلاں (بچہ کا نام لیا جائے) کا عقیقہ ہے"۔

سر مونڈنا

بچہ جب چند دن کا ہوجائے تو اس کے سر کے بال مونڈ دیے جائیں۔ بہتر ہے کہ

مونڈن ساتویں دن ہو۔ بالوں کا مونڈنا نہ معیوب ہے اور نہ بدعت بلکہ یہ مسنون ہے اور بچے کی صحت کے لیے مفید ہے۔ بال مونڈنے سے بچے کے سر کے مسامات کھل جاتے ہیں۔ بچے کو ایک نئی طاقت اور تازگی محسوس ہوتی ہے۔ اس سے بینائی' سماعت اور سونگھنے کے حواس پر اچھا اثر پڑتا ہے۔ یہ بال پیدائش کے وقت خون وغیرہ میں لتھڑ جاتے ہیں اور گندگی ان کی جڑوں میں بیٹھ جاتی ہے۔ بال مونڈنے سے وہ گندگی بھی دور ہو جاتی ہے۔ چناں چہ نبی کریمؐ نے فرمایا :

واميطوا عنه الاذى۔ (بخاری) ''بچے سے تکلیف دہ چیز دور کردو۔''

اکثر علماء کی رائے ہے کہ ''اذی'' سے مراد پیدائشی بال ہیں۔

بہرحال بالوں کا مونڈنا نہ صرف صحت و تندرستی کے لحاظ سے بہتر ہے بلکہ اسلام نے بھی اس کو مسنون قرار دیا ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا :

كل غلام رهينته بعقيقته تذبح عنه يوم السابع و يحلق راسه و يسمى۔

(سنن ابوداؤد)

''ہر بچہ اپنے عقیقے سے بندھا ہوا ہے۔ ساتویں دن اس کی جانب سے قربانی کی جائے' اس کا سر مونڈا جائے اور اس کا نام رکھا جائے''۔

جب نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے حضرت حسنؓ کا عقیقہ کیا تو حضرت فاطمہؓ سے فرمایا اے فاطمہ! ان کا سر مونڈ دو اور بالوں کے وزن کے برابر چاندی صدقہ کردو۔ چناں چہ حضرت فاطمہؓ نے بالوں کو تولا تو ان کا وزن لگ بھگ ایک درہم تھا۔

ایک روایت کے مطابق حضرت عائشہؓ نے حضرت حسنؓ' حضرت حسینؓ' حضرت زینبؓ اور حضرت ام کلثومؓ کے بالوں کے وزن کے بہ قدر چاندی صدقہ کی۔ (موطا امام مالک)

بالوں کے وزن کی بہ قدر چاندی صدقہ کرنے سے ایک تو نومولود کے لیے

خیر وبرکت ہوتی ہے دوسرے یہ کہ غریبوں اور مسکینوں کی ضرورتیں پوری ہوتی ہیں۔ گھر کے افراد میں غریبوں کے لیے خرچ کرنے کا مزاج بنتا ہے۔ دراصل اسلام معاشرے کے معاشی نظام کو کسی مرحلے پر بھی نظرانداز نہیں کرتا۔ وہ غریبوں اور پس ماندہ لوگوں کا ہروقت خیال رکھتا ہے اور ہر خوشی کے موقعے پر انھیں شریک مسرت رکھنا چاہتا ہے۔

بالوں کے سلسلے میں بعض جگہ یہ رواج پایا جاتا ہے کہ سر کے کچھ بال مونڈ دیے جاتے ہیں اور کچھ بال چھوڑ دیے جاتے ہیں' یہ شرعاً جائز نہیں ہے۔ انسان کا ذوق سلیم بھی اس کی اجازت نہیں دیتا۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے اس عمل کی ممانعت فرمائی ہے۔

ختنہ کرانا

ختنہ کرنا نہ صرف اسلامی شعار ہے بلکہ صحت وتن درستی کے لیے بھی ضروری ہے۔ اگر ختنہ نہ کرایا جائے تو کھال کے نیچے میل جمع ہوکر بدبو اور گندگی پیدا کرتا ہے۔ اس سے بچے کے بیمار پڑجانے کا اندیشہ رہتا ہے۔ طب جدید کی یہ تحقیق ہے کہ بے ختنہ آدمی کے پیشاب کی جگہ پر سرطان کا مرض ہوجاتا ہے۔ اس نئی تحقیق کے بعد مغرب کے ان لوگوں نے بھی ختنہ کرنا شروع کردیا ہے جو پہلے ختنے کا مذاق اڑایا کرتے تھے۔

ختنہ کرنا سنت ہے۔ بعض ائمہ کے نزدیک سنت موکدہ ہے اور بعض فقہا نے اسے واجب قرار دیا ہے۔ بہرحال ختنہ کرنا ثواب کا کام ہے اور نہ کرنے والا گنہ گار ہوتا ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا :

الفطرة خمس : الختان و الاستحداد و قص الشارب و تقليم الاظفار و نتف الابط۔ (صحیح بخاری)

"پانچ کام فطرت (سنت) کا حصہ ہیں: ختنہ کرانا' ناف کے نیچے کے بال صاف کرنا' مونچھیں کاٹنا' ناخن کاٹنا اور بغل کے بال صاف کرنا۔"

ختنہ کرنا سنت ابراہیمی ہے' سب سے پہلے حضرت ابراہیم نے اپنا ختنہ کرایا اور ان کے بعد تمام انبیاء کرام نے اس سنت کو اختیار کیا۔" (متفق علیہ) سنت ابراہیمی کی پیروی کا حکم نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کو بھی دیا گیا اور آپؐ کے ذریعے ہمیں بھی دیا گیا۔

ثم اوحینا الیک ان اتبع ملتہ ابراھیم حنیفا۔ (النمل)

"پھر ہم نے تمہاری طرف وحی بھیجی کہ یکسو ہوکر طریقہ ابراہیمی کی پیروی کرو"۔

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک جگہ اور ارشاد فرمایا :

ان الاقلف لا یترک فی الاسلام حتی یختتن و لو بلغ ثمانین سنتہ۔

(سنن بیہقی)

"بے ختنہ آدمی کو اسلام میں برداشت نہیں کیا جاسکتا' یہاں تک کہ وہ ختنہ کرالے چاہے اس کی عمر ۸۰ سال ہو"۔

بچے کا ختنہ ابتدائی عمر میں کرادینا چاہیے بلکہ ساتویں روز کردیا جائے تو زیادہ بہتر ہے۔ اس لیے کہ بچے کا گوشت نرم ہوتا ہے۔ اس کو زیادہ تکلیف نہیں ہوگی اور زخم بھی جلد صحیح ہوجائے گا اور یہ بات سنت سے بھی قریب تر ہے۔ حدیث میں آتا ہے کہ نبی کریمؐ نے حضرت حسنؓ اور حضرت حسینؓ کا عقیقہ کیا اور ساتویں دن دونوں کا ختنہ بھی کرادیا۔ (بیہقی)

اگر ابتدا میں ختنہ نہ کرایا جاسکے تو سات سال کی عمر سے پہلے پہلے ختنہ ضرور کرادیا جائے اس لیے کہ سات سال کی عمر کے بچوں کو نماز پڑھنے کی ترغیب کا حکم دیا گیا ہے اور نماز کے لیے طہارت ضروری ہے اور غیر مختون کی طہارت

تکمل نہیں ہوتی۔

اگر کوئی آدمی بالغ ہونے کے بعد اسلام قبول کرتا ہے یا کسی مجبوری کی وجہ سے اس کا ختنہ نہیں ہوسکا ہے' تو اسے بھی ختنہ کرالینا چاہیے۔ ایک آدمی اسلام قبول کرنے کے بعد آپؐ کی خدمت میں حاضر ہوا تو آپؐ نے فرمایا :

الق عنک شعر الکفر و اختتن۔ (ابوداؤد)

"زمانہ کفر کے بال دور کردو اور ختنہ کرالو"۔

☆ ☆ ☆

باب سوم (حفظان صحت)

جسمانی صحت

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا :

المومن القوی خیر من المومن الضعیف۔ "طاقت ور مومن ٬ کمزور مومن سے بہتر ہے"۔

اللہ تعالیٰ نے انسان کو زمین پر اپنا خلیفہ بنا کر بھیجا ہے۔ خلافت کی عظیم تر ذمہ داریاں ادا کرنے کے لیے انسان کو ایک سڈول جسم عطا کیا اور مختلف صلاحیتوں سے نوازا ہے۔ انسان کو جو صلاحیتیں ودیعت کی گئی ہیں ٬ ان سے بھرپور فائدہ اسی وقت اٹھایا جا سکتا ہے ٬ جب اس کا جسم تن درست و توانا ہو۔ مشہور مقولہ ہے "تن درستی ہزار نعمت ہے"۔

بچہ اگر تن درست و توانا ہے ٬ تو اس کی خوابیدہ صلاحیتوں کو بہتر طور پر بروے کار لایا جا سکتا ہے۔ بیمار و لاغر بچہ مختلف کم زوریوں اور پیچیدگیوں کا شکار ہو جاتا ہے ٬ بچے کی صحت کا خیال ماں کو اسی وقت سے رکھنا چاہیے ٬ جب سے بچہ بطن مادر میں ہوتا ہے۔ ایام حمل میں دیر ہضم اور ثقیل غذاؤں سے پرہیز کیا جائے۔ بہت تیز اور گرم چیزیں بھی نہ کھائی جائیں۔ تازہ پھل اور سبزی کا زیادہ استعمال ہونا چاہیے۔ اگر ایام حمل میں احتیاط نہ کی گئی تو آیندہ سخت دشواریوں کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے۔ ماں کی صحت

و بیماری کا اثر بچے پر ضرور پڑتا ہے۔ اس لیے ماں کو اپنی صحت کا خاص طور پر خیال رکھنا چاہیے۔ بچے کو اگر صحت مند ماں کا دودھ ملے گا تو بچہ صحت مند ہوگا۔ اگر بچے کو بیمار ماں کا دودھ ملے گا' تو بچہ اس مرض میں مبتلا ہو جائے گا' جس میں ماں مبتلا ہے۔

پیدائش کے وقت بچے کا وزن ساڑھے تین کلوگرام ہوتا ہے اور قد کی لمبائی تقریباً ۴۸-۴۵ سینٹی میٹر۔ چار ماہ کے بعد اس کا وزن تقریباً دوگنا ہو جاتا ہے۔ ایک سال کی عمر میں اس کا وزن بڑھ کر تقریباً دس کلوگرام اور قد کی لمبائی تقریباً ۶۴ سینٹی میٹر ہو جاتی ہے۔ دو سال کی عمر میں اس کا وزن ۱۴ کلوگرام اور قد ۹۰-۸۸ سینٹی میٹر ہو جاتا ہے۔ ہر سال بچے کا وزن دو کلوگرام اور قد ۵-۴ سینٹی میٹر بڑھتا ہے۔

تن درست ہونے کے باوجود بچے کا وزن کم یا زیادہ ہو سکتا ہے۔ اسی طرح اس کا قد بھی چھوٹا یا لمبا بھی ہو سکتا ہے۔ اس کا دارومدار عام طور پر ماں باپ کے وزن اور قدو قامت پر ہوتا ہے۔

پیدائش کے بعد کچھ دنوں تک بچے کے پاخانے کا رنگ سیاہی مائل ہوتا ہے جب یہ سیاہ مادہ بچے کے جسم سے خارج ہو جاتا ہے تو پاخانے کی رنگت ایسی ہوتی ہے جیسے تازہ پھینٹے ہوئے انڈے کی زردی۔ جو بچہ بوتل کا دودھ پیتا ہے' اس کے پاخانے کا رنگ کم زرد ہوتا ہے اور جو ماں کی چھاتی سے دودھ پیتا ہے' اس کے پاخانے کا رنگ نسبتاً" زیادہ زرد ہوتا ہے۔ بچے کے پاخانے میں سفید سفید پھٹکیوں کا ہونا بچے کی بیماری کا پتا دیتا ہے۔ ابتدا میں بچہ شب و روز میں دو تین بار پاخانہ کرتا ہے۔ لیکن جب بچہ ماں کا دودھ پینے لگتا ہے' تو دن میں صرف ایک بار پاخانہ کرتا ہے۔ اگر بچہ دوسرے تیسرے دن پاخانہ کرے تو بھی کوئی مضائقہ نہیں۔ بعض مائیں اسے قبض تصور کر کے بچے کو دوا استعمال کرانے لگتی ہیں۔ یہ غلط رویہ ہے۔ ماں کا دودھ بہت آسانی سے ہضم ہو جاتا ہے اور اس سے فاضل مادہ بھی بہت کم بنتا ہے' اس لیے اگر بچہ دوسرے تیسرے دن بھی پاخانہ کرتا ہے تو فکر نہیں کرنی چاہیے۔ اگر بچے کے

نشوونما کی رفتار صحیح ہے' وہ خوب سوتا ہے اور خوش و خرم رہتا ہے' تو سمجھ لیجیے کہ بچے کو قبض نہیں ہے۔ ماں کا دودھ بچے کی غذا بھی ہے اور دوا بھی۔

بچوں کی جسمانی نشوونما ایک دوسرے سے مختلف ہو سکتی ہے۔ اسی طرح ان کی صلاحیتوں کے نشوونما میں بھی فرق پایا جاتا ہے۔ بعض بچے ۸-۹ ماہ میں چلنے لگتے ہیں اور بعض بچے ایک سال کے بعد چلتے ہیں۔ اسی طرح بعض بچے بہت جلد بولنے لگتے ہیں اور بعض بچے دو سال کے بعد بول پاتے ہیں۔ نشوونما کی رفتار کے اس فرق پر زیادہ پریشان ہونے کی ضرورت نہیں۔ مناسب وقت پر بچے کی فطرت میں ودیعت کی گئی صلاحیتیں خود ہی نمودار ہو جائیں گی۔

بچے کی صلاحیتوں کی نشوونما کی رفتار کی قدرے تفصیل نیچے درج کی جاتی ہے تاکہ آپ اس کی روشنی میں اپنے بچے کی صلاحیتوں کی نشوونما کا جائزہ لیتے رہیں۔

پیدائش کے بعد ایک ماہ تک : دودھ پینے کی صلاحیت۔

ایک ماہ سے دو ماہ تک : چیزوں کو دیکھنا شروع کر دیتا ہے۔ آواز پر متوجہ ہونے لگتا ہے مسکرانے لگتا ہے سر اوپر اٹھانے کی کوشش کرتا ہے۔

دو ماہ سے تین ماہ تک : ماں کے پاس آنے پر خوش ہوتا ہے' تنہائی کے احساس سے رونے لگتا ہے' اپنی انگلیوں سے کھیلنے لگتا ہے۔

تین ماہ سے پانچ تک : اونچی آواز سے ہنسنے لگتا ہے۔ مانوس چہروں کو دیکھ کر خوش ہوتا ہے۔ اٹھنے اور بیٹھنے کی کوشش کرتا ہے۔ ہاتھ کے انگوٹھے یا انگلی کو چوستا ہے۔ چیزوں کو پکڑنے کی کوشش کرتا ہے آواز دینے والے کھلونوں سے کھیلتا ہے۔

چھ ماہ سے سات ماہ تک : پاؤں کے انگوٹھے سے کھیلتا ہے' چیزوں کو منہ میں رکھنے لگتا ہے' بغیر سہارے کے بیٹھا رہتا ہے' ماں کو پہچان لیتا ہے اور اس کی آواز پر متوجہ ہوتا ہے' نیچے کے جبڑے کا پہلا دانت نکلتا ہے' اجنبی آدمی کے پاس جانے سے بچتا ہے' بابابابا اور اماں اماں کہنے لگتا ہے۔

آٹھ ماہ سے ۹ ماہ تک : اوپر کے جبڑے کا پہلا دانت نکلتا ہے' گھٹنے کے بل آگے بڑھنے کی کوشش کرتا ہے' کسی سہارے سے کھڑا ہو سکتا ہے۔ اپنا نام سن کر متوجہ ہوتا ہے۔

دس ماہ سے بارہ ماہ تک : چیزوں کو لے کر منہ میں لے جانے کے بجائے انہیں دیکھتا ہے' کھڑا ہو کر قدم بڑھانے کی کوشش کرتا ہے اور پکڑ کر چل بھی سکتا ہے باتوں کو سمجھنے لگتا ہے چھوٹے موٹے الفاظ بھی زبان سے نکالنے لگتا ہے' کئی دانت ظاہر ہو جاتے ہیں۔

۱۳ ماہ سے ۱۵ ماہ تک : بغیر سہارے کے چند قدم چل سکتا ہے' چیزیں پھینکنے لگتا ہے چمچہ سے کام لینا شروع کر دیتا ہے اور دو چار لفظ بول سکتا ہے۔

۱۶ ماہ سے ۱۸ ماہ تک : بغیر سہارے کے چلنے لگتا ہے' چوکی پر چڑھنے لگتا ہے' الفاظ کو صاف طریقہ پر ادا کر سکتا ہے' ایک آدھ جملہ بھی بول سکتا ہے اور کھیل کود میں دلچسپی لیتا ہے۔

۱۹ ماہ سے ۲-۳ سال تک : بچہ خوب بولنے لگتا ہے اپنے ہاتھ سے کھا پی سکتا ہے' بہت سے سوالات کر کے ان کے جوابات معلوم کرنا چاہتا ہے' آپ کے سوالوں کا ہاں یا نہیں میں جواب دے سکتا ہے' اس عمر میں بچہ مٹی کھانے کی طرف مائل ہو سکتا ہے۔ آپ اس کو اس لت سے ضرور باز رکھیں ورنہ متعدد بیماریوں میں مبتلا ہونے کا اندیشہ رہتا ہے۔

انفرادی طور پر بچوں کی نشوونما میں بڑا فرق پایا جاتا ہے۔ کوئی بچہ چلنے سے پہلے بولنا شروع کر دیتا ہے اور کوئی بچہ بولنے سے پہلے چلنے لگتا ہے۔ اس فرق پر زیادہ پریشان ہونے کی ضرورت نہیں' البتہ اگر زیادہ فرق محسوس ہو تو ماں باپ کو اپنی روش پر غور کرنا چاہیے اور پھر کسی اچھے معالج کی طرف رجوع کرنا چاہیے۔

اچھی صحت کے لیے مندرجہ ذیل چیزیں ضروری ہیں :

۱- متوازن غذا
۲- صاف پانی
۳- صاف ہوا
۴- کافی روشنی
۵- صفائی ستھرائی
۶- کھیل کود
۷- موزوں و مناسب لباس
۸- نیند اور آرام
۹- مسرت و شادمانی
۱۰- پاکیزہ ماحول

متوازن غذا

بچے کی جسمانی و ذہنی نشوونما میں متوازن غذا کو بڑا دخل ہے۔ اسلام نے عورت کو یہ اجازت دی ہے کہ اگر روزہ رکھنے سے بچے کو بھرپور دودھ نہ مل سکے اور بچے کی صحت متاثر ہونے کا اندیشہ ہو تو عورت رمضان کے روزے قضا کر دے۔ اس سے اندازہ کیا جاسکتا ہے کہ اسلام شیرخوار بچوں کے لیے متوازن غذا کو کس قدر ضروری سمجھتا ہے اور ان کی جسمانی نشوونما کا کس قدر خیال رکھتا ہے۔ بچے کی عمر کے لحاظ سے کیا غذا دی جانی چاہیے اور غذا کے اوقات کیا کیا ہوں؟ اس سلسلے میں تفصیلات متعین کرنا مشکل کام ہے' اس لیے کہ ہمارا ملک بہت بڑا ہے۔ مختلف صوبوں یا علاقوں میں خوراک کا نظام ایک دوسرے سے بہت جداگانہ ہوتا ہے۔ آب و ہوا اور معاشرت میں بھی بڑا فرق ہے۔ پھر مالی حیثیت سے بعض گھرانوں میں زمین و آسمان کا تفاوت ہے۔ اس لیے غذاؤں کا تعین کرنا مشکل ہے' البتہ اس سلسلے میں بعض اصولی باتوں کی طرف اشارہ کرنا ضروری معلوم ہوتا ہے تاکہ ان ہدایات کی روشنی میں بچے کی غذا کا صحیح نظام قائم کیا جاسکے۔

عموماً دیہاتوں اور ناخواندہ گھرانوں میں بچے کو اس وقت دودھ پلایا جاتا ہے' جب وہ روئے یا چیخے چلائے اور پھر بچہ جب تک چاہے دودھ پیتا رہتا ہے حالاں کہ ہونا یہ چاہیے کہ دودھ مقررہ وقت پر پلایا جائے' اس بات کا بھی خیال رکھا جائے کہ

۔ بچے کو صرف اتنا ہی دودھ پلایا جائے جتنی کی اسے بھوک ہے۔ ضرورت سے زیادہ دودھ پلانے سے بچہ بیمار پڑ سکتا ہے جس طرح ضرورت سے کم دودھ بچہ کی صحت پر برا اثر ڈالتا ہے اسی طرح ضرورت سے زیادہ دودھ بھی صحت کو متاثر کرتا ہے۔ دودھ پلانے میں اعتدال و توازن کا خیال رکھنا ضروری ہے۔ عام طور پر یہ ہوتا ہے کہ بچہ جب بھی روتا ہے تو یہ سوچ کر اسے دودھ پلادیا جاتا ہے کہ بچہ دودھ کے لیے رو رہا ہے حالاں کہ رونے کے دوسرے اسباب بھی ہوسکتے ہیں۔

نوزائیدہ بچے کو ہر چار گھنٹے کے بعد دودھ پلایا جائے یعنی شب و روز میں چھ مرتبہ۔ جب بچہ دو ہفتے کا ہو جائے تو ماں اپنی سہولت کے مطابق پانچ مرتبہ پر بھی اکتفا کرسکتی ہے البتہ وقفوں کی پابندی کرتے وقت بچے کی جسمانی صحت کا خیال رکھنا ضروری ہے۔ بعض بچے نسبتاً کم زور ہوتے ہیں' انہیں وقفوں کی پابندی سے نقصان پہنچتا ہے بعض بچے کافی دودھ پی کر بھی جلد ہضم کرلیتے ہیں۔ بعض بچے تھوڑا دودھ بھی کافی دیر میں ہضم کرتے ہیں۔

بعض بچے دودھ پی کر کافی دیر تک سوتے رہتے ہیں اور بعض بچے بار بار جاگ کر دودھ پینا چاہتے ہیں۔ بچوں کی طبیعت کے اختلافات کو مدنظر رکھنا بہت ضروری ہے۔

جب بچے کو بھوک محسوس ہو اور وہ اس کا اظہار کرے تو اس کو اسی وقت دودھ ملنا چاہیے۔ عام طور سے دیکھا جاتا ہے کہ بچہ دودھ کے لیے رو رہا ہے اور ماں نے یہ طے کرلیا ہے کہ وہ ہاتھ میں موجود کام کو پورا کرکے ہی بچے کو دودھ پلائے گی ماں کا یہ رویہ صحیح نہیں ہے۔ اس سے بچہ کی قوت ہاضمہ متاثر ہوتی ہے اور بچہ کی صحت پر بہت برا اثر پڑتا ہے۔

بعض بچے خاموش طبیعت ہوتے ہیں' وہ بھوک لگنے پر رونے چلانے کے بجائے خاموش پڑے رہتے ہیں اور رات کو دیر تک جاگتے رہتے ہیں ایسے بچوں کے سلسلے میں

ماں کو بہت زیادہ حساس ہونا چاہیے اور وقت پر دودھ پلا دینا چاہیے۔ اسی طرح رات کو اپنی نیند خراب ہونے کے خدشے کے پیش نظر بچے کو دودھ سے محروم نہ رکھنا چاہیے۔ ورنہ بچہ جسمانی کم زوری اور اعصابی اضطراب کا شکار ہو جائے گا۔

بچہ جب ماں کی چھاتی سے دودھ پیتا ہے تو عموماً بیس منٹ میں سیر ہو جاتا ہے۔ بوتل سے دودھ پینے والے بچے کو بھی تقریباً اتنا ہی وقت درکار ہے۔ البتہ چوسنی میں سوراخ جب بڑا ہو جائے تو یہ وقت گھٹ جاتا ہے۔

پانچ چھ ماہ ہو جانے پر بچے کو کچھ ٹھوس غذاؤں کا استعمال بھی شروع کرا دینا چاہیے۔ بچے کی صحت کے لیے پروٹین، کاربوہائیڈریٹ، چربی اور معدنیات وٹامن کی ضرورت پڑتی ہے۔ یہ سب چیزیں ٹھوس غذاؤں میں وافر مقدار میں ملتی ہیں۔ تنہا دودھ سے یہ سب چیزیں مطلوبہ مقدار میں بچے کو حاصل نہیں ہو سکتیں۔

پروٹین (لحمیات) : یہ جسم کی نشوونما اور اس کے ٹوٹے پھوٹے حصوں کی مرمت میں مدد دیتا ہے۔ یہ انڈا، گوشت، مچھلی، دودھ، دہی اور چوکر (اناج کی اوپری پرت) میں پایا جاتا ہے۔

کاربوہائیڈریٹ (نشاستہ) : اس کا کام جسم کو حرارت و قوت پہنچانا ہے۔ یہ گیہوں، جو، چاول، مکا، ساگودانہ، شکر، گڑ، آلو، گاجر، چقندر اور انگور وغیرہ میں پایا جاتا ہے۔

چربی : یہ جسم کی توانائی برقرار رکھنے کے لیے ضروری ہے۔ دوسری غذاؤں کے ہضم میں بھی اس سے مدد ملتی ہے۔ بال، ناخن اور جلد کو اچھی حالت میں رکھتی ہے۔ سردی کے ایام میں چربی کی مقدار زیادہ درکار ہوتی ہے۔ یہ تیل، گھی، مکھن اور چربی سے حاصل ہوتی ہے۔

معدنیات : یہ ہڈیاں، دانت، لعاب، رگ اور پٹھے وغیرہ بنانے کے کام میں آتا ہے۔ خون کو بڑھاتا اور جسم کو نشوونما دیتا ہے۔ یہ کھانے کے نمک، موسمی پھل، تازہ

سبزیوں، گوشت، انڈا، مچھلی وغیرہ میں پایا جاتا ہے۔

وٹامن (حیاتین) : یہ انسانی زندگی کے لیے ازحد ضروری ہیں۔ جسم کو پروان چڑھاتے اور بیماریوں سے محفوظ رکھتے ہیں۔ ان کے بغیر آدمی نہ تن درست رہ سکتا ہے اور نہ جسم کی مناسب نشوونما ہوسکتی ہے بلکہ جسم متعدد بیماریوں کا شکار ہوجاتا ہے۔ وٹامن کی کئی قسمیں ہیں چند خاص قسمیں یہ ہیں :

وٹامن "اے" : یہ قوت مدافعت بڑھاتا ہے۔ ہاضمے میں مدد دیتا ہے، جلد اور بینائی کو صحت مند رکھتا ہے، پھیپھڑوں اور دانتوں کو مضبوط کرتا ہے، اس کی کمی سے نشوونما رک جاتی ہے، رتوندھی پیدا ہونے کا اندیشہ رہتا ہے، یہ انڈا، مچھلی، مکھن، گائے کے دودھ، سبز ترکاری، کلیجی اور گردے میں پایا جاتا ہے۔ تیز آنچ میں پکانے یا بھوننے سے یہ وٹامن ضائع ہوجاتے ہیں۔

وٹامن "بی" : یہ اعصاب کے لیے ضروری ہے، جلدی بیماریوں سے جسم کو محفوظ رکھتا ہے، زبان اور آنکھوں کے لیے مفید ہے، خون میں سرخ ذرات بڑھاتا ہے۔ اس کی کمی سے قبض، چڑچڑاپن، داد، دردسر ہوتا ہے۔ اس کی کمی سے جسم پھول جاتا ہے۔ ہاتھ پیر کمزور ہوجاتے ہیں، اعصابی بیماریوں کا خطرہ پیدا ہوجاتا ہے، یہ دالوں، پھلوں، گاجر، گوشت اور مچھلی سے حاصل ہوتا ہے۔ انکھوا نکلے ہوئے چنے، بغیر چھنے ہوئے موٹے آٹے اور چاول کی اوپری پرت میں پایا جاتا ہے۔

وٹامن "ڈی" : یہ ہڈیوں اور دانت کے لیے مفید ہے۔ اس کی کمی سے بچوں کو سوکھے کی بیماری ہوجاتی ہے۔ ہڈیوں کی ساخت میں کمزوری آجاتی ہے۔ یہ مچھلی، مکھن، گھی اور کلیجی سے حاصل ہوتا ہے۔ سورج کی شعاع جسم پر پڑنے سے بھی یہ وٹامن جسم میں داخل ہوتا ہے۔

بچہ جب ایک سال کا ہوجائے تو اسے شب و روز میں عموماً پانچ مرتبہ خوراک دی جائے، دودھ کے علاوہ روٹی یا بسکٹ پر تھوڑا مکھن لگا کر دیا جائے۔ دودھ میں روٹی

توڑ کر بچے کو کھلائی جائے۔ دن میں ٹماٹر اور سنترے کا رس تقریباً دو چائے کے چمچے کی بقدر بچے کو استعمال کرایا جائے۔ دودھ میں پکی تھوڑی سی کھیر بھی' بچے کو دی جا سکتی ہے۔

بچہ جب سوا سال کا ہو جائے تو اسے ابلے ہوئے انڈے کی زردی' تھوڑا سا مکھن' دودھ میں بھگوئی ہوئی روٹی' نمکین یا میٹھا بسکٹ' ٹماٹر' سنترے کا رس خوب ابال کر پکایا گیا چاول' ترکاریوں کی بھجیا اور آلو کا بھرتا بھی غذا میں شامل کر لیا جائے۔ سوا سال سے ڈیڑھ سال تک کے بچے کو یہ غذائیں مناسب مقدار اور اوقات میں پانچ بار دی جائیں۔

ڈیڑھ سال کے بعد دو سال تک غذاؤں کے اوقات گھٹا کر صرف تین یا چار مرتبہ کر دیے جائیں۔ اس عمر میں مذکورہ بالا غذاؤں کے علاوہ چوزا یا بکری کے گوشت کی یخنی تقریباً تین بڑے چمچے' ہری سبزیوں کی بھجیا بکری کا شوربا تقریباً آدھ چھٹانک وغیرہ استعمال کرایا جائے۔

دو سال کے بعد غذاؤں کے اوقات تو تین ہی رکھے جائیں' البتہ بچے کی جسمانی ضرورت کے تحت غذا کی مقدار میں اضافہ کیا جائے۔ بچے کی جسمانی حالت جس غذا کا جس قدر مطالبہ کرے' اسی قدر وہ غذا دی جائے۔ دو سال سے پانچ سال تک کے بچے کو عموماً مطابق ذیل خوارک دی جا سکتی ہے :

ناشتے میں : دودھ ایک پاؤ یا کچھ زیادہ گیہوں کی روٹی یا ٹوسٹ یا ڈبل روٹی (۵۰ سے ۷۰ گرام تک) مکھن اور گھی (۸ گرام) پکا ہوا پھل (۳۰ گرام سے ۳۵ گرام تک)

دوپہر کے کھانے میں : چوزے یا بکری کا گوشت (۶۰ گرام) سبزی خور بچوں کے لیے شلغم' ٹنڈا یا دوسری مفید ترکاری (۸ گرام سے ۱۲ گرام تک) آلو کا بھرتا ۹۰ گرام۔ دودھ میں پکا چاول یا ساگودانہ کی کھیر ۱۵۰ سے ۲۲۰ گرام تک پھل یا رس کا شربت ۱۵۰ گرام سے ۳۰۰ گرام تک۔ پینے کے لیے حسب ضرورت صاف ستھرا پانی۔

شام کے کھانے میں : دودھ ۲۵۰ گرام سے ۳۵۰ گرام تک' شکر حسب ذائقہ نرم بسکٹ ۵۰ گرام سے ۷۰ گرام تک۔ مکھن' گھی ۸ گرام۔ پھل ۳۰ سے ۵۰ گرام تک۔

ماں کا دودھ

وضع حمل کے بعد ماں کی چھاتیوں میں جو دودھ پیدا ہوتا ہے' یہی بچے کی فطری غذا ہے۔ ماں کا دودھ بچے کے لیے سب سے بہتر اور موزوں غذا ہے۔ اس موزوں غذا کا کوئی بدل موجود نہیں ہے۔ جب تک انتہائی مجبوری نہ ہو بچے کو ماں کے دودھ سے محروم نہ رکھا جائے۔ بعض ماڈرن عورتیں ماں بننے پر دودھ پلانے سے کتراتی ہیں اور اوپر (گائے یا بکری) کا یا مصنوعی دودھ پلانا پسند کرتی ہیں۔ یہ دودھ بھی اگرچہ احتیاط کے ساتھ پلائے جانے کی شکل میں بچے کی صحت کو برقرار رکھ سکتے ہیں' لیکن ماں کا دودھ جس آسانی سے ہضم ہوجاتا ہے' معدے کو صاف رکھتا ہے اور مختلف متعدد بیماریوں سے دفاع کی قوت پیدا کرتا ہے۔ ماں کے علاوہ دوسرے دودھ اس سے قاصر ہیں۔ تجربہ بتاتا ہے کہ جن بچوں کو مائیں اپنا دودھ نہ پلا سکیں بلکہ انہیں اوپر کا دودھ استعمال کرایا گیا اور وہ بچے جب بیمار ہوئے اور ڈاکٹر نے ان کے لیے عورت کا دودھ تجویز کیا اور انہیں عورت کا دودھ پلایا گیا تو وہ حیرت انگیز طور پر توانا و صحت مند ہو گئے۔

یہ بھی خدا کی قدرت دیکھیے کہ بچے کی پیدائش پر عورت کے رحم کا منہ کشادہ ہوجاتا ہے' مگر جب وہ بچے کو دودھ پلانا شروع کرتی ہے' تو اس کا رحم سکڑ کر اپنی اصل حالت پر واپس آجاتا ہے۔ وہ عورت بہت خوش نصیب ہے' جس کی چھاتیوں میں بچے کی پیدائش کے بعد غذا کے لیے کافی مقدار میں دودھ موجود ہو اور وہ اپنے بچے کو دودھ پلا کر مادرانہ قربت و انبساط کا لطف حاصل کرے اور بچہ مادرانہ محبت اور پیار کی آغوش میں اپنی تمام فطری صلاحیتوں کو پروان چڑھائے۔

ان ماڈرن عورتوں کے حال زار پر صرف اظہار ہمدردی کیا جاسکتا ہے جو مغربیت کی تقلید میں اپنے کو مرد کے برابر لاکر کھڑا کرنے کے لیے معاشی تگ و دو میں مصروف ہونے کی وجہ سے اپنے بچوں کو وقت پر اپنا دودھ نہیں پلاسکتیں' ضرورت سے زیادہ کام کرنے یا اضطراب' پریشانی اور بعض دوسرے مسائل کے ہجوم کے باعث ان کا دودھ یا تو خشک ہوجاتا ہے یا بچے کے لیے اس کی موجودہ مقدار ناکافی ہوتی ہے۔ ایسی تمام عورتوں سے گزارش ہے کہ وہ اپنے اس دائرۂ کار میں سرگرم عمل رہیں' جو قدرت نے ان کے لیے متعین کردیا ہے تاکہ ان کے بچوں کو بھرپور قدرتی غذا مل سکے۔ یاد رکھنا چاہیے کہ ماں کے ساتھ بچے کی محبت کا سرچشمہ یہی دودھ ہے۔ اوپر کا دودھ پینے والے بچوں میں ماں کے ساتھ وہ فطری محبت استوار نہیں ہوسکتی جو ماں کا دودھ پینے والے بچوں میں استوار ہوتی ہے۔

بچے کے لیے ماں کے دودھ کے استعمال میں ایک بڑا فائدہ یہ ہے کہ وہ کوئی بیرونی اثر قبول کیے بغیر براہ راست بچے کے منہ میں پہنچتا ہے۔ ماں کے دودھ میں نہ تو مضر اثرات پہنچ سکتے ہیں اور نہ وہ جراثیم داخل ہوسکتے ہیں' جو دوسرے دودھ میں پیدا ہوکر بچے کی تباہی کا سبب بن سکتے ہیں۔ ماں کے دودھ میں وہ ضروری حرارت' قدرتی نفاست اور ذائقے کی عمدگی پائی جاتی ہے' جو کسی دوسرے دودھ میں نہیں پائی جاسکتی۔

تناسب کے اعتبار سے ۹۸ فیصد عورتیں اپنے بچوں کو دودھ پلانے کی قدرت رکھتی ہیں اور دو فیصد عورتیں مختلف وجوہ سے دودھ پلانے کی صلاحیت سے محروم ہیں۔ ۹۸ فیصد عورتوں میں ۷۰ فیصد مائیں خود ہی بچوں کو دودھ پلاتی ہیں اور ۱۸ فیصد مائیں دوسرے ذرائع اختیار کرکے بچے کی غذا کا انتظام کرتی ہیں۔ متمول گھرانوں میں گائے یا بکری کا دودھ پلایا جاتا ہے۔

ماں کو اس بات کا بھی خیال رکھنا چاہیے کہ رنج و غم' اضطراب و پریشانی اور مایوسی یا جھنجلاہٹ کے عالم میں بچے کو قطعاً" دودھ نہ پلائے۔ اس کیفیت سے چھٹکارا

پاکر دودھ پلائے اور اگر چھٹکارا پانا ممکن نہ ہو تو ایسے وقت میں دودھ پلائے جب ان کیفیات کی شدت نہ ہو۔ مدت رضاعت میں ماں کو اپنی غذا کا خاص خیال رکھنا چاہیے۔ ماں کی غذا کا اثر دودھ پر ضرور پڑتا ہے۔ ماں کو صحت بخش غذا قاعدے کے مطابق لینی چاہیے تاکہ بچے کو مفید اور عمدہ دودھ مل سکے۔ شیر خوار بچے کی بیماری کے وقت ماں کو خاص طور پر غذا کے استعمال میں معالج سے ضرور مشورہ لینا چاہیے۔

دوسرے دودھ

دائی : اگر کسی مجبوری کی وجہ سے ماں بچے کو دودھ پلانے کی اہلیت نہ رکھتی ہو اور حالات اجازت دیں تو کسی مناسب دائی کا انتخاب کرنا چاہیے۔ اس لیے کہ عورت کا دودھ بہرحال دوسرے ہر دودھ سے بہتر اور موزوں ہے۔ دائی یا انا کے انتخاب میں اس بات کا خاص طور پر خیال رکھا جائے کہ وہ کسی بیماری میں مبتلا نہ ہو۔ صحت و صفائی کا اہتمام کرتی ہو اور اس کا اخلاق و کردار بہتر ہو۔ یہ تمام چیزیں بچے کی جسمانی اور اخلاقی نشو و نما پر اثر انداز ہوتی ہیں۔

اگر کسی وجہ سے بچے کو ماں یا دائی کا دودھ نہ مل سکے تو اس کو کسی جانور کے دودھ سے غذا حاصل کرنا چاہیے۔ یہ تو طے شدہ امر ہے کہ بچے کے لیے سب سے مفید اور کارآمد غذا دودھ ہے۔ دودھ کے علاوہ کوئی دوسری غذا بچے کے لیے نہایت نقصان دہ بلکہ تباہ کن ہے۔ عورت کے دودھ کے بعد سب سے بہتر دودھ گائے کا دودھ سمجھا گیا ہے۔ پھر بکری کا اور اس کے بعد بھینس کا یا پھر ڈبے کا۔

گائے کا دودھ : جانوروں کے دودھ میں گائے کا دودھ بچے کے لیے سب سے زیادہ موزوں سمجھا گیا ہے۔ یہ دودھ بہ آسانی دستیاب بھی ہو جاتا ہے۔ اوسطاً ایک گائے روزانہ چار پانچ کلو دودھ دیتی ہے اگر بچے کو گائے کا دودھ استعمال کرانا پڑ جائے تو یہ اطمینان کرلینا چاہیے کہ گائے تندرست و توانا ہے۔ مریض و لاغر گائے کا دودھ

بچے کو ہرگز نہ پلایا جائے۔ گائے کے دودھ میں چکنائی کی مقدار تقریباً ماں کے دودھ کی چکنائی کے برابر ہوتی ہے۔ البتہ اس میں مٹھاس کم ہوتی ہے۔ اس لیے اس میں تھوڑی شکر ڈال کر مٹھاس کی کمی کو پورا کرلیا جائے۔

بکری کا دودھ : گائے کے دودھ کے بعد بچے کے لیے بکری کا دودھ مناسب سمجھا جاتا ہے۔ بکری کے دودھ میں گائے کے دودھ کے مقابلے میں چکنائی زیادہ پائی جاتی ہے۔ جس کی وجہ سے بچے کے لیے اسے ہضم کرنا مشکل ہوتا ہے اور بچے کی صحت متاثر ہونے کا قوی اندیشہ ہوتا ہے۔ غذائیت کے اعتبار سے گائے اور بکری کے دودھ میں کوئی خاص فرق نہیں ہوتا۔

بھینس کا دودھ : بھینس کا دودھ سب سے زیادہ وافر مقدار میں ملتا ہے۔ عموماً ایک بھینس ۶-۷ کلو دودھ دیتی ہے اسی لیے اوسط قیمت پر کثرت سے مل جاتا ہے۔ بھینس کے دودھ میں بھی گائے کے دودھ سے زیادہ چکنائی ہوتی ہے۔ اس لیے یہ بہت دیر سے ہضم ہوتا ہے اور بچے کی صحت پر مضر اثرات ڈال سکتا ہے۔

یہ بات ذہن نشین کرلینی چاہیے کہ گائے، بکری اور بھینس وغیرہ کے دودھ میں ماں کے دودھ کے مقابلے میں چکنائی اور اجزاے لحمی (Protiens) زیادہ مقدار میں پائے جاتے ہیں۔ اگر شیرخوار بچے کو کسی جانور کا خالص دودھ دے دیا جائے تو اس کے عمل انہضام میں دشواری ہوگی۔ اس لیے بچے کو اس قسم کا دودھ دیتے وقت اس میں صاف پانی مناسب مقدار میں ضرور ملالینا چاہیے۔ کسی جانور کا دودھ پلاتے وقت اس بات کا خیال رکھنا بھی ضروری ہے کہ وہ کسی بیماری میں مبتلا نہ ہو۔ دودھ صاف برتن میں دوہا جائے۔ استعمال سے پہلے دودھ کو ابال لیا جائے۔ دودھ میں جو پانی ملایا جائے وہ بھی ابال لیا جائے یا دودھ ابالنے سے پہلے شامل کرلیا جائے تاکہ دودھ کے ساتھ پانی میں بھی ابال آجائے۔ دودھ کو بوتل میں بھرنے کے بعد دھوپ میں نہ رکھا جائے اس لیے کہ سورج کی روشنی سے وٹامن بی کا قیمتی جوہر ضائع ہوجاتا ہے، جو

بچے کی نشوونما کے لیے ضروری ہے۔

ماں کے دودھ کے مقابلے میں حیوانی دودھ میں مٹھاس کم ہوتی ہے۔ پانی ملانے سے وہ اور بھی کم ہو جاتی ہے۔ اس لیے مٹھاس کی مقدار کو پورا کرنے کے لیے حسب ضرورت شکر ملا لینا چاہیے۔

ڈبے کا دودھ : ماں اور گائے کے دودھ کے بجائے بہت سی جگہوں پر ڈبے کا دودھ (انفسٹ فوڈ) پلانے کا معمول ہے۔ ڈبے کا دودھ اس طرح تیار کیا جاتا ہے کہ کسی محفوظ برتن میں دودھ کو بھر کر اتنا پکایا جائے کہ اس کا سارا پانی اڑ جائے اور جراثیم (بکٹیریا) بالکل مرجائیں اس کو "اڑا ہوا دودھ" کہتے ہیں۔ اس کو گاڑھا اور پھیکا دودھ بھی کہا جاتا ہے۔ اس دودھ میں پانی ملانے کی خاص طور پر ضرورت ہے کیوں کہ یہ عام دودھ سے دوگنی قوت رکھتا ہے۔ آگ پر پکانے کی وجہ سے اس دودھ کے حیاتین ج (Vitamin-D) ضائع ہو جاتی ہے۔ جب کہ پیدائش کے دوسرے مہینے سے شیر خوار بچے کو پانچ ملی گرام حیاتین کی سخت ضرورت ہوتی ہے۔ حیاتین ج کی اس کمی کی تلافی چائے کے چمچے کے بقدر نارنگی یا ٹماٹر کے رس وغیرہ سے کی جاسکتی ہے۔ یہ دودھ پھیکا ہوتا ہے اس لیے حسب ضرورت شکر ملا لینا چاہیے۔ گائے کے دودھ کے مقابلے میں ڈبے کے دودھ کے استعمال کی سفارش کی جاسکتی ہے۔

اگر کسی مجبوری کی وجہ سے بچے کی پرورش اوپر کے دودھ سے کی جائے تو ماں کو چاہیے کہ اسے مادرانہ شفقت سے محروم نہ رکھے۔ ماں اپنی آغوش میں لے کر اسے پیار کرے، اپنی چھاتی سے لگائے۔ بازو سے پکڑ کر اوپر نیچے اٹھائے تاکہ بچے میں مادرانہ شفقت سے محرومی کا احساس پیدا نہ ہوسکے کیوں کہ محرومی کا احساس بچے میں بہت سی خرابیوں کے پیدا ہونے کا باعث ہو سکتا ہے۔ انگلستان میں ایک شفاخانے میں تجربے سے یہ معلوم ہوا کہ جن بیمار بچوں کے تن درست ہونے پر ان سے لاڈ پیار نہ کیا گیا بلکہ انہیں گاڑی میں لٹا کر تھوڑی سی سیر کرادی گئی اور اسپتالوں کے مخصوص

معمولات کو پورا کردیا گیا' ان بچوں کا وزن نہ بڑھ پایا' لیکن جب انہیں بچوں سے لاڈ پیار کیا گیا' انہیں خوب محبت و شفقت سے نوازا گیا۔ انہیں ہاتھوں سے اوپر نیچے اٹھایا گیا تو ان کے وزن میں بڑی تیزی سے اضافہ ہوا۔

منجمد دودھ : اڑھے ہوئے دودھ کی طرح منجمد دودھ (کنڈ یسنڈ ملک) بھی بنایا جاتا ہے۔ اس کو کم درجہ حرارت پر تیار کیا جاتا ہے' تیاری کے دوران اس میں گنے کا رس بھی شامل کیا جاتا ہے تاکہ مٹھاس کی کمی کی تلافی ہو سکے۔ شکر کی زیادتی کے سبب اس میں چربی نمک اور لحمی اجزاء کم ہو جاتے ہیں۔ اسی لیے اڑھے ہوئے دودھ کے مقابلے میں اس کو ترجیح نہیں دی جا سکتی۔

خشک دودھ : یہ دودھ اس قدر درجہ حرارت پر پکایا جاتا ہے کہ بالکل خشک ہو جاتا ہے اور سفوف کی شکل اختیار کرلیتا ہے۔ عموماً بازار میں ادنی قسم کے دودھ سے تیار کیے ہوئے سفوف ملتے ہیں اس لیے خشک دودھ کے استعمال میں بہت احتیاط سے کام لینا چاہیے اور وہی سفوف استعمال کرنا چاہیے' جو قابل اعتماد ہو اور اعلیٰ قسم کے دودھ سے تیار کیا گیا ہو۔ خشک دودھ میں آٹھ گنا پانی ملا کر بچے کو استعمال کرانا چاہیے۔

بیرونی دودھ کے استعمال میں ضروری احتیاطیں : جس ڈبے یا برتن میں بچے کا دودھ رکھا جائے' اس کو کھلا نہ چھوڑا جائے تاکہ مضر اثرات اور جراثیم سے محفوظ رہے۔ دودھ کے ڈبے اور برتن کو ہمیشہ صاف خشک اور ٹھنڈی جگہ پر رکھنا چاہیے' بوتل میں دودھ انڈیلنے سے پہلے یہ اطمینان کرلیا جائے کہ بوتل پوری طرح صاف ہے۔ دودھ بوتل میں قیف کے ذریعے ڈالا جائے۔ آٹھ اونس (ایک پاؤ) دودھ میں چار اونس (آدھا پاؤ) ابلا ہوا پانی ملایا جائے۔ دودھ کو عموماً پانچ منٹ تک ابالا جائے۔ ایک پاؤ دودھ میں عام طور سے ایک چمچہ شکر ملائی جائے۔ دودھ پلانے کے بعد بوتل کو اسی وقت اچھی طرح صاف کر کے رکھ دیا جائے۔ چوسنی کو گرم پانی میں ابال کر

صاف کر کے رکھ دیا جائے۔ بوتل کا بچا ہوا دودھ بچے کو دوبارہ استعمال نہ کرایا جائے۔ ہر بار نیا دودھ تیار کر کے استعمال کرایا جائے۔ اگر جانور کا دودھ استعمال کرایا جائے تو جانور کے تھنوں کو دوہنے والے ہاتھوں کو اور دودھ کے برتن کو خوب اچھی طرح صاف کرلیا جائے۔ ہندوستان میں بازاری دودھ کی جو حالت ہے وہ کسی سے ڈھکی چھپی نہیں ہے۔ اس کے استعمال سے بچنے کی کوشش کرنا چاہیے۔

دودھ پلانے کے لیے ضروری سامان ہر وقت ماں کے پاس رہنا چاہیے اور دودھ کو کسی ایسے جالی دار بکس میں رکھا جائے، جس میں مکھی مچھر داخل نہ ہو سکیں اور خالی بوتل کو بھی اسی جالی میں اس طرح لٹکا دیا جائے کہ بوتل کا منہ نیچے اور پیندا اوپر ہو تاکہ بوتل اچھی طرح خشک ہو جائے۔ بوتل صاف کرنے کے لیے ایسا برش رکھنا چاہیے، جو بوتل کی تلی کو بھی اچھی طرح صاف کرے۔ اسی طرح چمچہ قیف اونس کے نشان لگی ہوئی پیالی، شکردانی اور چوسنی کو ہر بار ابال کر رکھا جائے۔ بوتل کو گرم پانی سے صاف کر کے دھویا جائے۔

اگر بچہ ماں کے دودھ سے پوری غذا حاصل نہیں کر پا رہا ہے، تو اسے ماں کے دودھ کے ساتھ اوپر کا دودھ بھی استعمال کرایا جائے۔ اسے "مخلوط رضاعت" کہا جاسکتا ہے۔ مخلوط رضاعت کے سلسلے میں اس بات کا خصوصی دھیان رکھا جائے کہ مقررہ وقت پر ماں بچے کو جتنا دودھ پلا سکتی ہو، اس کو پلاوے اور باقی غذا اوپر کے دودھ سے اسی وقت پوری کردی جائے۔ عام طور سے ہندستانی گھروں میں یہ طریقہ رائج ہے کہ پہلے بچہ ماں کا دودھ جتنا حاصل کر سکتا ہے حاصل کرے پھر وقفے کے بعد اسے اوپر کا دودھ دیا جائے۔ یہ طریقہ درست نہیں ہے۔ اس سے بچے کی صحت پر برا اثر پڑتا ہے۔ عمر اور خوراک کی مقدار کے اعتبار سے بچے کو ایک بار میں جتنی غذا ملنی چاہیے، وہ پوری غذائیت اسی وقت دی جائے۔ ماں کے دودھ کے فوراً بعد ہی بقیہ غذا تیار کیے ہوئے دودھ سے پوری کردی جائے۔

آج کل بازاروں میں فروخت ہونے والی چوسنی کا عام رواج ہوتا جارہا ہے۔ اسے فیشن تصور کیا جاتا ہے کہ شکر یا شہد سے بھری ہوئی چوسنی سے بچے کو بہلایا جائے۔ بچہ جوں ہی رونا شروع کرے' اس کے منہ میں چوسنی دے کر اسے خاموش کردیا جائے۔ چوسنی سے بیرونی اثرات و جراثیم بچے کے پیٹ میں پہنچتے ہیں اور بہت سے امراض کے پیدا ہونے کا قوی خطرہ موجود رہتا ہے۔ اس لیے چوسنی کے استعمال سے پرہیز بہتر ہے۔

اگر بھوک نہ لگے تو

دیکھا گیا ہے کہ ایک بچہ جو اب تک بڑی رغبت سے اپنی خوراک کی بقدر کھاتا رہا ہے۔ اچانک اس کی بھوک کم ہوگئی یا اس نے کھانا پینا بالکل چھوڑ دیا۔ ایسی صورت میں مختلف پہلوؤں سے بچے کی صحت اور نفسیات کا جائزہ لینا چاہیے۔ یہ صورت حال کسی بیماری کی وجہ سے بھی پیش آسکتی ہے۔ خصوصاً کالی کھانسی کے عارضے میں بچہ رغبت سے کھانا نہیں کھاپاتا۔ ایسی صورت میں اچھے ڈاکٹر کی طرف رجوع کرنا چاہیے۔

بھوک کی کمی کی وجہ موسم کی خرابی بھی ہوسکتی ہے۔ خصوصاً شدید گرمی میں بھوک کم لگتی ہے۔ ایسی حالت میں بچے کو گرمی سے بچانے اور اسے آرام پہنچانے کی ضرورت ہے۔ موسم معتدل ہوجانے پر بچہ خوراک بھر کھانے لگتا ہے۔

کھانے میں بے اعتدالی اور عمل انہضام میں خرابی واقع ہونے سے بھی بھوک کم ہوجاتی ہے۔ معمولی توجہ دینے اور ڈاکٹر کے مشورے سے اس صورت حال پر قابو پایا جاسکتا ہے۔

اگر بچے کی بھوک کی کمی کا سبب کوئی بیماری' موسم کی خرابی یا کھانے میں بے اعتدالی نہیں ہے' تو اس کا عین امکان ہے کہ بچہ نفسیاتی مریض ہے۔ ایسی صورت میں

مختلف نفسیاتی پہلوؤں کا جائزہ ضروری ہے۔ کہیں بچہ رنج و غم میں تو مبتلا نہیں ہے؟ وہ یہ دیکھ کر کڑھتا تو نہیں ہے کہ اس کے ماں باپ کی توجہ اس کے بھائی بہن کی طرف زیادہ ہے۔ اس کے بھائی بہن اسے پریشان تو نہیں کرتے یا اس کا کوئی ہم عمر اسے ستاتا تو نہیں؟ ماں باپ میں باہمی چپقلش اور لڑائی جھگڑا تو نہیں ہوتا؟ پڑوس کے لوگ اس کے گھر والوں کو تنگ تو نہیں کرتے؟ اس کی جائز خواہشوں پر پابندی تو نہیں لگائی جاتی؟ دوسرے بچے اسے کسی بات پر طنز و تعریض تو نہیں کرتے؟ اگر مذکور بالا محرکات میں سے کوئی محرک موجود ہو تو فوراً اس کا تدارک کیا جائے۔ کچھ ایسے اسباب بھی ہو سکتے ہیں جن تک آپ کی رسائی نہیں ہو سکتی تو آپ مختلف قسم کے لذیذ کھانے تیار کرکے دسترخوان پر لگائیں اور رغبت سے کھانے والے بچوں کو اپنے ساتھ بٹھائیں۔ ممکن ہے کہ آپ کا بچہ بھی دوسرے بچوں کی دیکھا دیکھی رغبت سے کھائے۔ جب باپ سودا سلف لینے کے لیے بازار جائے تو اپنے بچے کو بھی ساتھ لے لے۔ اس بات کا عین امکان ہے کہ بازار میں مختلف قسم کی مٹھائیاں اور پھل وغیرہ دیکھ کر بچے کی اشتہا جاگ اٹھے اگر آپ یہ تمام تدابیر اختیار کرنے کے بعد بھی یہ محسوس کرتے ہیں کہ بچہ عمر اور صحت کے لحاظ سے اپنی خوراک سے کم کھا رہا ہے تو کسی ماہر نفسیات یا ماہر اطفال ڈاکٹر کی طرف رجوع کیجیے۔

ماں باپ کی یہ ذمے داری ہے کہ وہ گھر کے ماحول کو نہایت پر سکون بنائے رکھیں۔ تلخی، گھٹن، باہمی رنجش، چپقلش سے بچے کی صحت و خوراک بری طرح متاثر ہوتی ہے۔ بچے میں خوف، حسد اور افسردگی کے جذبات ابھرنے سے بھی بھوک اور صحت پر برا اثر پڑتا ہے۔ اگر ماں یہ دیکھے کہ اس کا بچہ کسی چیز سے گھبرا رہا ہے تو فوراً اسے بازو میں تھام لے۔ اگر بچہ کسی وجہ سے مضمحل اور افسردہ نظر آ رہا ہے تو اسے محبت و پیار سے گود میں اٹھا لے۔ اگر بچہ یہ محسوس کر رہا ہے کہ بھائی بہن کے مقابلے میں اس کی طرف کم توجہ دی جا رہی ہے تو اسے بھرپور محبت اور پیار دیں تاکہ اس کا

یہ احساس ختم ہو جائے۔

ماں باپ مختلف قسم کی کتابوں کا مطالعہ کرتے ہیں ان کی یہ بھی ذمے داری ہے کہ وہ نفسیات اور تعلیم و تربیت سے متعلق کتابوں کا بھی مطالعہ کرتے رہیں تاکہ بچوں کی رہ نمائی کا فریضہ صحیح طور پر انجام دے سکیں۔

صاف پانی

پانی انسانی زندگی کا ایک ضروری جز ہے۔ انسان کے کل وزن کا دو تہائی حصہ تقریباً پانی پر مشتمل ہوتا ہے۔ انہضام غذا کے بعد پانی اس کو جسم میں تحلیل کرتا ہے۔ ہضم شدہ غذا کے قوت بخش اجزاء کو جذب کرتا ہے۔ جسم سے فاسد مادوں کو خارج کرنے اور دوران خون کو صحیح رکھنے میں مدد دیتا ہے۔ پانی سے معدہ' آنتیں اور نالیاں وغیرہ دھل کر صاف ہو جاتی ہیں۔ روزانہ انسان کا جسم تقریباً آدھا گیلن (سواسیر) پانی آنتوں' گردوں' آوں اور جلد سے خارج کرتا ہے۔ پانی کی اس کمی کا روزانہ پورا ہونا ضروری ہے۔ غذا سے اس کمی کا پون حصہ پورا ہو جاتا ہے اور باقی حصہ پینے کے پانی سے پورا کیا جانا ضروری ہے۔ ہر آدمی کو شب و روز میں تقریباً ڈیڑھ سیر پانی پینا پڑتا ہے۔

اس بات پر خصوصی توجہ دینی چاہیے کہ پینے کا پانی نہایت صاف شفاف ہو۔ صاف پانی کی پہچان یہ ہے کہ اس میں کسی طرح کا رنگ' مزہ اور بو نہ ہو۔ گندا پانی صحت کے لیے نہایت مضر ہے۔ متعدی بیماریاں اس سے پھیلتی ہیں۔ فلٹر کیا ہوا پانی ہلکا اور مضر اثرات سے پاک ہوتا ہے۔ اس لیے اس کا استعمال بہتر ہے۔ ہینڈ پمپ (نل) کا پانی استعمال کرنے میں بھی کوئی حرج نہیں کیوں کہ وہ جالی سے چھن کر آتا ہے البتہ کنویں کے پانی کے استعمال میں احتیاط کی ضرورت ہے۔ اگر کنویں کا منہ کھلا رہتا ہے' تو اس کا پانی عموماً ابال کر استعمال کرنا چاہیے کیوں کہ ہوا کے ذریعے درختوں کے پتے'

گردوغبار، مٹی اور گوبر کے اجزا کنویں کے پانی میں شامل ہوجاتے ہیں۔ خصوصاً برسات کے موسم میں کنویں کے پانی کے استعمال میں زیادہ احتیاط کی ضرورت ہے۔ البتہ ایسے کنویں کا پانی ابالے بغیر استعمال کیا جا سکتا ہے جس کا منہ لکڑی کے تختوں سے بند ہو اور پانی ہینڈ پمپ وغیرہ کے ذریعہ نکالا جائے۔

لوگ گرمی میں برف ملا کر پانی کو ٹھنڈا کرکے استعمال کرتے ہیں، لیکن زیادہ ٹھنڈا پانی پینا بھی بہتر نہیں ہے۔ خاص طور پر گرم کھانا کھانے کے بعد زیادہ ٹھنڈا پانی پینا دانتوں کے لیے مضر ثابت ہوتا ہے۔ پانی کو صرف اسی حد تک ٹھنڈا کیا جائے کہ وہ خوش گوار محسوس ہو اور پیاس بجھا سکے اگر پانی کو گھڑے یا صراحی میں رکھ کر ٹھنڈا کیا جائے تو زیادہ بہتر ہے۔ وبائی امراض کے زمانے میں پانی ابال کر استعمال کرنا چاہیے۔

کھانے کے دوران پانی کم سے کم پیا جائے تو بہتر ہے اگر کھانا سکون و اطمینان کے ساتھ اور چبا چبا کر کھایا جائے تو پانی کی زیادہ ضرورت نہیں محسوس ہوگی۔ کھانے کے ایک گھنٹہ بعد سیر ہو کر پانی پینا چاہیے تمام پانی ایک سانس میں غٹاغٹ کر لینے کے بجائے اطمینان سے تین سانس میں پیا جائے۔

پینے کے پانی میں گندے ہاتھ نہ ڈالے جائیں، اگر بڑے برتن سے گلاس میں پانی لینا ہو تو احتیاط سے انڈیل کر لیا جائے یا ڈونگے وغیرہ سے حسب ضرورت پانی نکال کر گلاس میں ڈال لیا جائے۔

پانی اور مشروب وغیرہ میں پھونک نہ ماریں۔ اس سے اندر کی گندی ہوا جو کہ مضر صحت ہے پانی وغیرہ میں شامل ہو جاتی ہے۔ اگر ڈاکٹر گرم پانی کی ہدایت کرے تو آگ یا ہیٹر وغیرہ پر گرم کیا ہوا پانی استعمال کیا جائے دھوپ میں گرم کیا ہوا پانی ہرگز نہ استعمال کیا جائے۔

حدیث و فقہ کی کتابوں میں پانی کی پاکی کا بیان اور اس کے تفصیلی احکام سے آپ یہ اندازہ لگا سکتے ہیں کہ اسلام نے پانی کے استعمال سے متعلق بھی ہماری مکمل رہ

نمائی فرمائی ہے اور پانی کے استعمال کے سلسلے میں ہمیں اسلامی احکام و مسائل کو ملحوظ رکھنا چاہیے تاکہ ہماری صحت پر مضر اثرات بھی نہ پڑیں اور سنت رسول پر عمل آوری کا اجر بھی حاصل ہو جائے۔

کھانے پینے کے آداب

بچے کی شخصیت کی تعمیر میں کھانے پینے کی ابتدائی تربیت کا بڑا دخل ہے۔ اس لیے والدین کو چاہیے کہ وہ بچے کو کھانے پینے کے آداب سے روشناس کرانے کے ساتھ اسے دسترخوان پر مل جل کر کھانے کے مواقع فراہم کریں تاکہ بچہ معاشرتی اختلاط کے آداب و اصول سے بھی واقف ہو سکے اور اجتماعی طور پر کھانے پینے کے مہذب طریقے کا عادی بھی۔ کھانا کھانے کے دوران بچہ اگر ناشایستہ طریقہ اختیار کرتا ہے تو اسے نہایت محبت اور پیار سے سمجھا بجھا دیا جائے۔ ایک بار ابن ابو سلمہؓ اپنے بچپن میں پیارے نبیؐ کے ساتھ کھانا کھا رہے تھے، ان کا ہاتھ پلیٹ میں ادھر ادھر گھوم رہا تھا۔ پیارے نبیؐ نے اس ناشایستہ حرکت پر ابن ابو سلمہؓ کو پیار بھرے انداز میں متنبہ فرمایا۔ آپؐ نے منفی انداز میں گفتگو کرنے کے بجائے مثبت انداز میں نصیحت کی اور ساتھ ہی کھانے کے دوسرے آداب بھی بتائے۔ آپؐ نے فرمایا :

یا غلام سم اللہ و کل بیمینک و کل مما یلیک۔ (بخاری و مسلم)

"اے بچے (جب کھانا کھا تو پہلے) اللہ کا نام لے، داہنے ہاتھ سے کھا اور اپنی طرف سے کھا"۔

(۱) بچے کو اس بات کا عادی بنایا جائے کہ وہ کھانا کھانے سے پہلے اور کھانا کھانے کے بعد ہاتھ منہ اچھی طرح صاف کرے۔

(۲) بچے کو اس بات کا عادی بنایا جائے کہ وہ بسم اللہ پڑھ کر کھانا شروع کرے اور اگر بسم اللہ بھول جائے تو یاد آنے پر **بسم اللہ اولہ و اخرہ** پڑھ لے۔

(۳) بچے کو ہمیشہ سیدھے ہاتھ سے کھلایئے پلایئے اور اسے بھی سیدھے ہاتھ سے کھانے پینے کا عادی بنایئے البتہ ضرورت کی وقت یا کسی مجبوری کی وجہ سے بائیں ہاتھ سے بھی کام لیا جاسکتا ہے۔

(۴) کھانا خوب چبا چبا کر کھایا جائے۔ اس سے کھانا اچھی طرح ہضم ہوگا۔ خدا نے دانت اسی لیے دیے ہیں۔ دانتوں کی صحت اور مضبوطی کے لیے اگر ان کو صاف رکھنا ضروری ہے تو ان سے چبانے کا بھرپور کام لینا بھی ضروری ہے ورنہ دانت کم زور پڑجائیں گے۔

(۵) کھڑے ہو کر کھانا پینا معیوب ہے۔ بیٹھ کر کھانے پینے کی عادت ڈلوایئے۔

(۶) بچے کو درمیانی لقمے کھلایئے نوالہ نہ زیادہ بڑا ہو اور نہ بالکل چھوٹا۔ ایک نوالہ نگلنے کے بعد ہی دوسرا نوالہ منہ میں دیجیے۔

(۷) کھانے کو زمین پر نہ گرنے دیا جائے۔ اگر کوئی چیز زمین پر گرجائے تو اسے دھو کر استعمال کرلیا جائے۔

(۸) کھانے پینے کی چیزیں بہت احتیاط سے استعمال کرنے کی عادت ڈالیے۔ بعض بچے کھانا کھاتے وقت کپڑے گندے کرلیتے ہیں۔ بعض بچے کھانا کھانے کے بعد منہ اپنے لباس سے صاف کرلیتے ہیں۔ اس طرح کی کوئی بھی عادت بچے میں نہ پڑنے دیجیے۔

(۹) بازار میں یا شاہراہوں پر کھانے پینے سے پرہیز کیجیے اور اپنے بچوں کو بھی اس سے پرہیز کی تلقین کیجیے۔

(۱۰) بچے کو ہر قسم کا کھانا کھانے کی عادت ڈالیے۔ عموماً دیکھا گیا ہے کہ والدین کو جو چیزیں مرغوب نہیں ہوتی ہیں وہ اپنے بچے کو بھی استعمال نہیں کرنے دیتے ہیں۔ کوشش کیجیے کہ آپ کا بچہ ہر حلال اور جائز چیز کو خوش دلی سے کھانے کا عادی بن سکے تاکہ وہ زندگی کے ہر موڑ پر کامیاب زندگی گزار سکے۔

(۱۱) اچھی چیزیں کھا کر دوسروں کو للچانا یا دوسروں کو دکھا دکھا کر کھانا بری بات ہے۔ غیر تربیت یافتہ گھرانوں کے بچے عموماً ایسا کرتے ہیں۔ اپنے بچوں کو اس بات کا عادی بنایئے

کہ وہ دوسروں کو للچانے یا دوسروں کو دکھا کر کھانے سے پرہیز کریں۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے اس بات سے منع فرمایا کہ دروازے پر پھل وغیرہ کے چھلکے ڈالے جائیں۔ ہو سکتا ہے پڑوسی کے بچے ان چھلکوں کو دیکھیں اور ان کی طبیعت بھی ان پھلوں کو چاہے مگر پڑوسی ناداری کی وجہ سے وہ پھل نہ خرید سکتا ہو اور اس طرح ان کے احساسات و جذبات کو تکلیف پہنچے۔

(۱۲) ٹھیلوں، فٹ پاتھوں اور گندے ہوٹلوں کی چیزیں کھانے سے پرہیز کیجیے ان پر مکھیاں اور مچھر بیٹھ کر بیماری کے جراثیم پھیلاتے ہیں۔ زیادہ چٹپٹی اور مسالہ دار چیزیں بھی معدہ کے لیے نقصان دہ ہیں۔ باسی اور سڑی گلی چیزیں تو قریب بھی نہ آنے دیجیے۔

تازہ ہوا

صحت کے لیے صاف ستھری اور تازہ ہوا کا ملنا بہت ضروری ہے۔ ہوا ہمیں دکھائی تو نہیں دیتی مگر بدن پر لگتے ہوئے محسوس ہوتی ہے۔ صاف پانی کی طرح صاف ہوا میں نہ تو کوئی رنگ ہوتا ہے نہ مزہ اور نہ بو۔ ہوا میں کئی گیس ہوتی ہیں مگر ان میں دو خاص ہیں :

(۱) آکسیجن ۲۱ فیصد (۲) نائٹروجن ۷۸ فیصد۔

باقی ایک فیصد میں کم آرگن، کاربن ڈائی آکسائڈ، پانی کے بخارات اور مٹی کے ذرات وغیرہ۔

آکسیجن گیس چیزوں کے جلنے میں مدد دیتی ہے اور نائٹروجن گیس آکسیجن کو قابل استعمال اور معتدل بناتی ہے۔ آکسیجن کا ملنا زندگی کے لیے بہت ضروری ہے۔ اسی سے خون میں گرمی اور جسم میں حرارت رہتی ہے اور یہ جسم کے اندر کے زہریلے مادے کو گیس بنا کر باہر نکالتی ہے۔

ہوا حلق اور ناک کے ذریعے پھیپھڑوں کے چھوٹے چھوٹے خانوں تک پہنچتی

ہے ان خانوں کی نالیوں میں جو میل کچیل زہریلی اور خراب چیزیں جمع ہو جاتی ہیں' تازہ ہوا خراب چیزوں کو ساتھ لے کر واپس آتی ہے اور تازہ آکسیجن پھیپھڑوں کے حوالے کر دیتی ہے۔ یہ آکسیجن خون کو صاف کر دیتی ہے اور یہ صاف خون شرائین کے ذریعے تمام جسم میں گردش کرتا رہتا ہے۔

اس سے معلوم ہوا کہ جو ہوا سانس کے ذریعے باہر نکلتی ہے وہ گندی اور زہریلی ہوتی ہے۔ آپ سوچیے کہ اگر انسان گندی ہوا کو سانس کے ذریعے اندر لے جائے تو پھیپھڑوں کو خون صاف کرنے کے لیے نہ تو آکسیجن ملے گی اور نہ یہ اندر کی زہریلی اور گندی چیزوں کو اپنے ساتھ واپس لا سکتی ہے بلکہ خون کو مزید گندا اور زہریلا بنادے گی۔ گندی ہوا سے اجتناب اور خالص و صاف ہوا حاصل کرنے کے لیے درج ذیل ہدایتوں پر عمل کرنا ضروری ہے :

○ سوتے وقت بچے کا منہ نہ ڈھانپیے ورنہ گندی ہوا بار بار سانس کے ذریعے اندر جائے گی اور پھیپھڑوں کو تازہ ہوا نہ مل سکے گی۔

○ بچے کو بالکل اندر کمرے میں نہ سلائیے۔ کھڑکیاں وغیرہ ضرور کھلی رکھیے تاکہ بچے کو تازہ ہوا ملتی رہے۔ عام طور پر سردیوں میں کمرے کی کھڑکیاں وغیرہ بالکل بند کر دی جاتی ہیں تاکہ ٹھنڈی ہوا اندر نہ آسکے۔ یہ نہایت خطرناک ہے۔ تازہ ہوا کا کمرے کے اندر آنا ضروری ہے۔ اس لیے روشن دان یا کھڑکی ضرور کھلی رکھیے۔

○ یہ آپ جانتے ہی ہیں کہ آگ کے جلنے سے آکسیجن خرچ ہوتی ہے اور کاربن ڈائی آکسائڈ ہوا میں شامل ہو کر ہوا کو خراب کر دیتی ہے۔ لوگ سردیوں میں کمرے بند کر کے انگیٹھی وغیرہ سلگا دیتے ہیں' جس کی وجہ سے کمرے میں موجود آکسیجن ختم ہو جاتی ہے اور تمام ہوا گندی ہو جاتی ہے۔ یہ طریقہ بہت غلط ہے۔ انگیٹھی یا ہیٹر وغیرہ جلانا ضروری ہو تو کمرے کی کھڑکی وغیرہ ضرور کھلی رکھی جائے۔

○ ایسی جگہ سے خود بھی بچیے اور بچے کو بھی بچائیے جہاں بھیڑ ہو اور کثرت سے لوگ

موجود ہوں کیوں کہ ان کے منہ سے جو گندی ہوا نکلتی ہے وہ وہاں کی موجود صاف ہوا کو گندا کردیتی ہے۔ باہر سے آنے والی کم مقدار میں تازہ ہوا سب کے لیے کافی نہیں ہوسکتی۔ آپ نے دیکھا ہوگا کہ ایسے موقعے پر جی گھبرانے لگتا ہے اور سر چکرانے لگتا ہے۔

○ چیزوں کے گلنے سڑنے سے بدبودار اور زہریلی گیس ہوا میں شامل ہوکر ہوا کو گندا کردیتی ہے۔ اس لیے غلاظت کی جگہوں سے پرہیز کیجیے۔ رہنے سہنے اور اٹھنے بیٹھنے کی جگہ کو گندگی کے ڈھیر' جانوروں کے گوبر اور سڑی ہوئی چیزوں سے پاک صاف رکھیے۔

○ گردوغبار سے بھی ہوا گندی ہوجاتی ہے اس لیے بچے کو ایسی جگہ سے بچائے رکھیے جہاں گردوغبار اڑتا ہو یا کوڑے کرکٹ کا ڈھیر موجود ہو۔

○ بیمار آدمی کے آس پاس کی ہوا بھی بہت جلد خراب ہوجاتی ہے۔ خاص طور پر متعدی بیماریوں کے جراثیم ہوا میں شامل ہوکر اسے مضر صحت بنادیتے ہیں۔ اس لیے بیمار آدمی سے بچے کو دور رکھیے۔

○ ہندستانی دیہاتوں اور شہروں میں نالیاں سڑتی رہتی ہیں۔ سڑکوں اور گلیوں میں غلاظت کے ڈھیر تعفن پھیلاتے رہتے ہیں جس کی وجہ سے ہوا ہر وقت گندی ہوتی رہتی ہے اور صاف ہوا بہت ہی کم مل پاتی ہے۔ اس طرف خصوصی توجہ دینے کی ضرورت ہے۔

○ گھر میں صفائی کا خاص اہتمام کیجیے۔ بیت الخلاء وغیرہ رہائش سے فاصلہ پر بنائیے۔ کوڑا اور بچی کھچی چیزیں وغیرہ ڈالنے کے لیے ڈھکنے دار ڈبہ صحن کے ایک کونے میں رکھ لیجیے جس کی صبح و شام صفائی کرتے رہیے۔

○ کھلی اور کشادہ جگہ مثلاً پارک' باغیچہ' کھیت کھلیان وغیرہ میں چہل قدمی کا موقع ملنا چاہیے اور ہلکی پھلکی ورزش بھی ہونی چاہیے کہ پھیپھڑوں کو تازہ ہوا کافی مقدار

میں مل سکے۔ بچوں کے لیے دوڑنا' اچھلنا' کودنا' کھلکھلا کر ہنسنا اور گیند وغیرہ اچھالنا بہت مفید ہے۔ اس سے بچوں کے پھیپھڑے گندی ہوا کافی مقدار میں باہر پھینکیں گے اور تازہ ہوا اندر لے جائیں گے۔

○ پیڑ پودے بھی گندی ہوا صاف کرتے ہیں۔ خدا کی قدرت دیکھیے کہ جان دار جو گندی ہوا سانس کے ذریعے باہر نکالتے ہیں اسے پیڑ پودے اپنے اندر جذب کر لیتے ہیں۔ یہ ان کی غذا کا بڑا حصہ ہے اور پھر آکسیجن باہر پھینکتے ہیں۔ اپنے گھر کے صحن میں چند پیڑ پودے ضرور لگائے رکھیے تاکہ یہ گھر کی گندی ہوا کو جذب کرتے رہیں اور تازہ ہوا باہر پھینکتے رہیں۔

○ سورج کی روشنی اور کرنیں بھی بیماریوں کے جراثیم اور ہوا کی گندگی کو دور کرتے ہیں اس لیے اپنی رہایش کی جگہ میں روشنی اور سورج کی شعاعوں کے گزر کے لیے گنجایش رکھیے۔

○ قدرت نے ہوا کی صفائی کا یہ بھی بندوبست کیا ہے کہ خود آکسیجن ہوا کی گندگی کو منتشر اور ختم کر دیتی ہے۔ اسی طرح ہوا کے چلتے رہنے سے بھی گندگی صاف ہوتی رہتی ہے۔ بارش کے ہونے سے بھی مضر صحت گیس اور گرد و غبار ختم ہو جاتی ہے۔

مختصر یہ کہ اچھی صحت کے لیے صاف ستھری ہوا کا ملتے رہنا نہایت ضروری ہے اور اسے حاصل کرنے کے لیے تمام امکانی تدابیر اختیار کرتے رہنا چاہیے۔ اللہ تعالیٰ نے "ہوا" کو اپنی نعمتوں میں شمار کر کے اور اپنی کتاب میں بار بار اس کا تذکرہ کر کے اس کی افادیت کی طرف اشارہ کیا ہے۔

صفائی ستھرائی

صحت اور صفائی دونوں لازم و ملزوم ہیں۔ اچھی صحت کے لیے ہر قسم کی صفائی

اور ستھرائی ضروری ہے۔ غلاظت اور گندگی سے مختلف بیماریاں پیدا ہوتی اور بڑھتی ہیں۔ اسلام نے بھی طہارت و صفائی کا حکم دیا ہے۔ وضو اور غسل کے احکام سے اندازہ لگایا جاسکتا ہے کہ اسلام صفائی پر کس قدر زور دیتا ہے۔ اللہ تعالٰی نے اپنے کلام میں واضح کردیا ہے کہ وہ پاک صاف رہنے والوں کو پسند فرماتا ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے صفائی کو آدھا ایمان قرار دیا ہے۔

صحت کے لیے ضروری ہے کہ انسان جسم' لباس' رہایش گاہ اور گردوپیش کی صفائی کا اہتمام کرے۔ ان میں سے کسی کی صفائی کی طرف سے غفلت صحت کے لیے نقصان دہ ثابت ہوسکتی ہے۔

جسم کی صفائی

انسان کے بدن سے طرح طرح کے فضلے اور زہریلے مادے پیشاب پاخانے' بلغم اور پسینے کی شکل میں نکلتے رہتے ہیں اگر یہ فضلہ اور زہریلا مادہ انسان کے جسم سے خارج نہ ہوسکے تو آدمی یقیناً بیمار ہوجائے گا۔ فضلہ اور گندگی کا اخراج اسی وقت ہوسکتا ہے جب ان کے نکلنے کے راستے صاف اور کھلے ہوں اگر گندگی نکلنے کے راستے بند ہوجائیں تو گندگی کس طرح باہر آسکتی ہے۔ بول و براز کے راستوں کے علاوہ گندی اور فضلہ پسینہ کی شکل میں جسم کے ان چھوٹے چھوٹے سوراخوں سے باہر نکلتا ہے جنہیں "مسامات" کہا جاتا ہے۔ اندر سے نکلنے والا فضلہ اور کچھ باہر کا گردوغبار جو اڑ کر جسم پر پہنچتا ہے ان مسامات کو بند کردیتا ہے اگر ان مسامات کو صاف نہ کیا جائے تو جسم کی آیندہ نکلنے والی غلاظت راستہ نہ پاکر جسم کے اندر ہی سڑتی رہتی ہے جس کی وجہ سے متعدد خطرناک امراض پیدا ہوجاتے ہیں۔ جسم پر جمی ہوئی غلاظت کو دور کرنے اور مسامات کو صاف رکھنے کے لیے نہانا ضروری ہے۔

بڑوں اور بچوں سب کو اپنی صحت کے لیے غسل کی ضرورت ہے چوں کہ بچے

بڑوں کے مقابلے گرد و غبار سے زیادہ متاثر ہوتے ہیں اس لیے بچوں کے لیے نہانا زیادہ ضروری ہے۔ چھوٹے بچوں کو مائیں نہایت احتیاط سے نہلائیں۔ بچوں کو نہلانے کے لیے مناسب گرم پانی استعمال کیا جائے۔ ابلے ہوئے پانی میں ایک چمچے کے بقدر بوراسک ملالیا جائے۔ روئی کے ٹکڑوں سے بچوں کے نازک اعضا کو اچھی طرح دھویا جائے۔ چھوٹے بچے کو نہلاتے وقت اس کی آنکھ اور منہ کے اندر کے حصے کو صاف نہ کیا جائے۔ آنسو اور رال خود ان حصوں کو دھو دیتے ہیں۔ ہفتے میں ایک دفعہ صابن سے اور باقی دنوں میں صرف گرم پانی سے نہلایا جائے۔ موسم گرما میں روزانہ کم از کم ایک بار بچے کو نہلایا جائے۔ البتہ سردی میں تیسرے' چوتھے دن بھی نہلانا کافی ہے۔ جب چھوٹے بچے کو صابن سے نہلانا ہو تو ماں اپنے دونوں ہاتھوں پر صابن اچھی طرح مل لے پھر نرمی سے بچے کے جسم پر ہاتھ پھیرے۔ ماں بچے کو نہلانے سے قبل اپنے ہاتھوں کو اچھی طرح صاف کرلے۔ بچے کو نہلانے کے بعد فوراً صاف تولیے سے خشک کردیا جائے اور دھلے ہوئے کپڑے پہنا دیے جائیں اور اس کی رانوں میں صاف رومال باندھ دیا جائے۔ غسل کے بعد اترے ہوئے کپڑوں کا استعمال کبھی نہ کیا جائے کیوں کہ ان کپڑوں کا میل پھر جسم کے مسامات کو بند کردے گا۔ نہانے کے بعد اگر بچہ پاخانہ' پیشاب کردے تو صرف متعلق مقام کو صاف کردیا جائے۔

جب بچے کچھ بڑے ہوجائیں تو موسم گرما میں دو بار (صبح و شام) اور موسم سرما میں ہر روز ایک بار (دوپہر کے وقت) غسل کا عادی بنایئے۔ غسل میں پانی کی عمدگی اور نفاست کا خیال رکھا جائے۔ دیہاتوں میں نوعمر لڑکے تال تلیوں میں نہاتے ہیں جن کا پانی ٹھہرا ہوا ہوتا ہے اور دوسروں کے جسم کی غلاظت سے گندہ ہوچکا ہوتا ہے اس طرح کے رکے ہوئے اور ٹھنڈے پانی میں نہانے سے طرح طرح کی بیماریاں پیدا ہوجانے کا اندیشہ رہتا ہے۔ ہاں بہتی ہوئی نہر یا دریا کے پانی سے نہانے میں کوئی مضائقہ نہیں البتہ نہر یا دریا میں نہاتے وقت شدید احتیاط کی ضرورت ہے۔

موسم سرما میں غسل کرنے میں جلدی کرنی چاہیے اور غسل کے معا بعد جسم کو خشک کرلینا چاہیے۔ لڑکیوں کے لیے پندرہ دن میں سر کا دھولینا ضروری ہے تاکہ سر اور سر کے بالوں کی صفائی ہوتی رہے۔ سر دھونے کے لیے معیاری پاؤڈر یا صابن کا استعمال ضروری ہے البتہ سر میں اچھے قسم کا تیل اور کنگھے کا استعمال روزانہ ایک دو بار ضروری ہے۔

دانتوں کی صفائی

دانتوں کی صفائی نہایت ضروری ہے۔ خاص طور پر صبح کو بیدار ہونے کے بعد دانتوں کو اچھی طرح صاف کرلینا چاہیے تاکہ رات گندی سانس کے ذریعے دانتوں پر جو زہریلا مادہ جم گیا ہے' وہ اور منہ کے اندر میل کچیل کی رطوبت صاف ہو جائے۔ گھر کے استعمالی منجن کے ذریعے روزانہ منہ دھلاتے وقت بچے کے دانت بھی صاف کیجیے اور جب وہ خود اس قابل بن جائے تو اپنے عمل سے ترغیب دے کر اس کا عادی بنایا جائے۔ کھانا کھانے سے پہلے بھی دانتوں کو صاف کرلینا چاہیے تاکہ منہ کی رطوبت میں ملوث دانت صاف ہوجائیں۔ اس طرح کھانا کھانے کے بعد بھی دانتوں کی صفائی کا اہتمام ضروری ہے کیوں کہ غذا کے اجزا کا دانتوں کی جڑوں میں رک جانا اور اس کے ریشوں کا ان کی جڑوں میں سڑجانا نہایت خطرناک ہے۔

بعض مائیں یہ تصور کرتی ہیں کہ بچپن کے کچھ دانت جنہیں ''دودھ کے دانت'' کہا جاتا ہے چوں کہ آٹھ دس سال کی عمر تک ایک ایک کرکے سب ٹوٹ جاتے ہیں اور ان کی جگہ پکے دانت نکل آتے ہیں' اس لیے ان کچے دانتوں کی صفائی ضروری نہیں ہے' جب پکے دانت نکل آئیں گے تو بچوں کے دانتوں کی صفائی کا اہتمام کرایا جائے گا اس فرضی خیال سے دو نقصان ہیں۔ ایک تو یہ کہ گندگی جمع ہوتے رہنے سے مختلف قسم کی بیماریاں پیدا ہوجاتی ہیں۔ مسوڑھے کم زور ہوجاتے ہیں اور

کچے دانت بھی ماقبل کی گندگی سے متاثر ہو کر جلد ہی خراب ہو جاتے ہیں۔ دوسرے یہ کہ آٹھ دس سال کا ہو جانے کے بعد بہت مشکل سے بچہ دانتوں کی صفائی کا عادی ہو پاتا ہے۔ دانتوں کی صفائی کی عادت بچپن میں پڑ جائے تو یہ عادت بہت پختہ اور پائیدار ہوتی ہے۔

آنکھوں کی صفائی

آنکھوں کو گرد و غبار، کنکری اور چونے وغیرہ سے محفوظ رکھیے۔ دیہاتوں میں عام طور پر بچے مٹی، دھول اور ریت میں کھیلتے رہتے ہیں اور اپنی خاک آلود مٹھیوں سے اپنی آنکھیں ملنے لگتے ہیں جس سے مٹی ان کی آنکھوں میں پہنچ جاتی ہے اور وہ بلبلا کر رونے لگتے ہیں، جس کے نتیجے میں گرد و غبار کی کافی مقدار آنکھوں میں داخل ہو جاتی ہے۔ ماؤں کا فرض ہے وہ ایسی نوبت نہ آنے دیں۔ بچوں کے کھیل کے لیے صاف ستھرا ماحول فراہم کریں اور اگر اتفاق سے آنکھوں میں کوئی چیز پڑ جائے تو کسی نرم کپڑے کی نوک سے اس کو نکال دیں یا آنکھوں کو اس احتیاط سے دھوئیں کہ گرد و غبار پانی کے ساتھ بہہ کر باہر آ جائے اگر بہت زیادہ گرد و غبار آنکھوں میں پڑ جائے اور آنکھ میں درد ہونے لگے تو پہلے پپوٹوں میں تھوڑا سا کسٹرائیل یا روغن زیتون ڈال دیجیے، پھر گرم پانی سے دھو ڈالیے۔ آنکھ میں چونا پڑ جانے پر بھی یہی عمل کرنا چاہیے لیکن بہت جلد اس کا تدارک ہونا چاہیے اگر آنکھ میں درد ہونے لگے یا ہوتا رہے تو روئی یا کپڑے کی گدی ٹھنڈے پانی میں تر کر کے آنکھ پر رکھ دینا چاہیے۔

آنکھوں کی صفائی کا بہتر طریقہ یہ ہے کہ دن میں کم از کم پانچ مرتبہ آنکھوں کو تازہ پانی سے ضرور دھویا جائے۔ سردی کی حالت میں نیم گرم پانی بھی استعمال نہ کیا جائے۔

بچے کو آتش بازی وغیرہ سے شغل نہ کرنے دیجیے یہ آنکھوں کے لیے نہایت

نقصان دہ ہے۔ سورج یا موٹر کی ہیڈ لائٹ پر مسلسل نظر جمائے رکھنا بھی مضر ہے۔ بہت تیز یا دھیمی روشنی میں پڑھنے سے بھی بینائی متاثر ہوتی ہے۔ مسلسل ہر وقت لکھتے پڑھتے رہنا بھی آنکھوں کے لیے نقصان دہ ہے۔ سوتے وقت آنکھوں میں سرمہ لگائیے۔ اسی طرح کبھی کبھی آنکھوں میں اصل شہد کا استعمال ضرور کیجیے یہ سنت بھی ہے اور مفید بھی۔ اگر آنکھ میں کوئی بیماری محسوس کریں تو فوراً ڈاکٹر کی طرف رجوع کریں۔ بینائی خدا کی بہت بڑی نعمت ہے اس کے بغیر دنیا میں اندھیرا ہی اندھیرا ہے اس لیے اس نعمت کی بھرپور قدر کیجیے۔

کان اور ناک کی صفائی

بچے کے کان کے گھونگے میں نوکیلی یا کوئی ایسی چیز داخل نہ کیجیے جو کان کے اندر پہنچ سکتی ہو اگر بچے کے کان میں میل جمع ہو جائے تو اس کو نکال دینا چاہیے۔ تیل کے ساتھ ہی میل بھی پھریری کے ساتھ نکل آئے گا۔ وقفہ سے نیم گرم تیل کے قطرے کانوں میں ضرور ڈالتے رہیے۔ کانوں میں زور سے پھونک مارنا نہایت نقصان دہ ہے اس عادت سے بچوں کو دور رکھیے اور اس کے نقصان سے بھی آگاہ کر دیجیے۔ منہ دھلاتے وقت کانوں کے اندر پانی نہ پہنچے۔ کان کے اندر بار بار پانی پہنچنے یا کان میں میل جم جانے سے درد ہونے لگتا ہے۔ کان کا یہی درد ضعف سماعت کا سبب بن جاتا ہے اس لیے کانوں کو میل سے صاف رکھیے اور بار بار پانی نہ پہنچنے دیجیے۔

بہت سے بچوں کو کان کھجلانے یا بار بار کان میں انگلی ڈالنے کی عادت ہو جاتی ہے اس عادت سے بچوں کو دور رکھیے۔ اس سے کان میں خراش اور زخم ہو جانے کا اندیشہ رہتا ہے اگر کوئی مکھی یا کیڑا کان میں پڑ جائے تو گرم پانی کی پچکاری کے ذریعے اس کو باہر نکالنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ پچکاری دیتے وقت اس بات کا خاص طور پر

خیال رکھنا چاہیے کہ پچکاری کی نوک کان کے اندر زیادہ دور تک نہ ہو کیوں کہ کان کے پردے پر ضرب لگ سکتی ہے جو بہت مضر ثابت ہو سکتی ہے۔ نیم گرم تیل بھی کان کے گھونگے میں ڈال دیا جائے تاکہ اس کی چکنائی کی مدد سے کان میں گری ہوئی چیز آسانی سے نکل سکے۔

اگر کان میں کوئی ٹھوس چیز پڑ جائے جو پچکاری سے بھی نہ نکل سکتی ہو تو دوسرے طریقے سے نکالنے کی کوشش نہ کرنا چاہیے۔ کوئی دوسرا طریقہ مضر ثابت ہو سکتا ہے اور بے احتیاطی کے نتیجے میں بچے کی سماعت متاثر ہو سکتی ہے۔ ایسی صورت میں ڈاکٹر سے رجوع کرنا ضروری ہے۔

بچہ ناک میں کوئی چیز داخل کرے یا خود بخود پہنچ جائے' تو چھینک لانے والی کوئی چیز بچے کو سنگھادی جائے' تاکہ چھینک کے ساتھ وہ چیز باہر آجائے اگر احتیاطی تدابیر کے باوجود ناک کی چیز باہر نہ نکل سکے تو فوراً ڈاکٹر کو دکھانا چاہیے۔ مائیں اس بات کا بھی خیال رکھیں کہ ان کے بچے بلاوجہ ناک میں انگلی ڈال کر ناک نہ کھجاتے رہیں۔ اس سے دوسروں کو بھی گھن آتی ہے اور ناک میں زخم بھی ہو سکتا ہے۔ بچے کو ایسی چیز بھی نہ دی جائے جسے وہ منہ میں رکھ کر نگلنے کی کوشش کرے۔ اکثر ماں باپ ناسمجھ بچوں کو پیسے وغیرہ دے دیتے ہیں۔ بچے ان کو منہ میں رکھ کر نگلنے کی کوشش کرتے ہیں یا خود حلق سے نیچے اتر جاتے ہیں اور پھر بچے کی جان کے لالے پڑ جاتے ہیں۔

ناخن کی صفائی

دانتوں کی صفائی کی طرح ناخنوں کی صفائی بھی بہت ضروری ہے۔ اگر ناخن کاٹے نہ جائیں تو ناخنوں کی جڑ میں میل جمع ہوتا رہتا ہے اور یہ میل زہریلے مادے سے کم نہیں ہوتا۔ غذا میں شامل ہو کر معدے میں پہنچ جاتا ہے اور مختلف بیماریوں کا سبب بن جاتا ہے۔ زہر کی اس آمیزش سے حفاظت کے لیے ناخنوں کی صفائی ازحد

ضروری ہے۔ ناخن جیسے ہی کچھ بڑھیں انہیں کاٹ دیا جائے اور ان کی جڑوں کو میل سے بالکل صاف رکھا جائے۔ بچے کی شیر خوارگی کی عمر ہی سے اس کا اہتمام کیا جائے تاکہ بچہ اس کا عادی بن جائے۔ شیر خوارگی میں بھی بچے کے ناخن نہ بڑھنے دیے جائیں کیوں کہ بچے ان بڑھے ہوئے ناخن سے جسم کے کسی بھی حصے کو مخدوش کر سکتے ہیں۔ دانتوں کی طرح ناخن صاف نہ ہونے کی وجہ سے دوسرے بھی بچے سے نفرت کرنے لگتے ہیں۔

لباس کی صفائی

جسم کی صفائی کے ساتھ لباس کی صفائی بھی ضروری ہے۔ لباس کی صفائی کے بغیر جسم کی صفائی کا تصور ناممکن ہے۔ اگر انسان نہا دھو کر گندے کپڑے پہن لے تو اس کا نہانا نہ نہانے کے برابر ہے کیوں کہ میلے کپڑوں کے جراثیم اس کے جسم کو اسی وقت متاثر کردیں گے اور کپڑوں کے میل سے اس کے جسم کے وہ مسامات پھر بند ہو جائیں گے' جو نہانے کے بعد کھلے تھے اور جن کا کھلے رہنا ضروری ہے تاکہ جسم کے اندر کی گندگی ان کے ذریعے باہر نکل سکے' اس لیے لباس کی صفائی کا بھرپور اہتمام کرنا چاہیے چوں کہ بچے عموماً اپنے کپڑے جلد گندے کرلیتے ہیں۔ اس لیے ان کے لباس بدلنے اور ان کو دھونے دھلانے کی طرف خصوصی توجہ دینی چاہیے۔ بچے جب اسکول جانا شروع کردیں تو بچوں کو اس بات کا عادی بنایا جائے کہ وہ اسکول سے واپسی پر سب سے پہلے اسکولی لباس (یونیفارم) اتار کر ہینگر میں ٹانگ دیں۔ دیکھا گیا ہے کہ بچے جب اسکول سے واپس آتے ہیں تو ان کی مائیں یہ سوچ کر کہ میرے لاڈلے کو بھوک لگی ہوگی پہلے کھانا کھلاتی ہیں حالاں کہ بچے کو اس بات کا عادی بنایا جائے کہ وہ سب سے پہلے اسکولی لباس اتارے پھر دوسرے کام کرے۔ بعض گھروں کے بچے تو یونیفارم ہی پہنے کھیلتے ہیں اور یونیفارم ہی پہنے سوجاتے ہیں اور پھر اگلے روز اسی میں

اسکول چلے جاتے ہیں۔ والدین کی ذمے داری قرار پاتی ہے کہ اپنے بچوں کو لباس پہننے کا سلیقہ سکھائیں۔ یونیفارم صرف اسکول کے وقت پہنا جائے' کھیل کے کپڑے الگ ہوں اور رات کو سوتے وقت پہننے کے الگ کپڑے ہوں۔ متوسط اور معمولی گھرانوں کے والدین بھی اپنی حیثیت کے مطابق بچوں کے مناسب لباس کا بندوبست کریں۔

رہائش گاہ کی صفائی

اگر انسان کی رہائش گاہ اور قرب و جوار میں صفائی نہ ہو تو صرف جسم کی صفائی انسان کو بیماری سے نہیں بچاسکتی۔ اس کے اردگرد گندگی میں پلنے والے جراثیم اس کو ضرور بیمار کردیں گے۔ اس لیے اپنے جسم اور لباس کی صفائی کے ساتھ رہائش گاہ اور آس پاس کی گلیوں اور نالیوں کی صفائی بھی بہت ضروری ہے۔ کمروں' برامدوں اور صحن میں جھاڑو دینا' وقتاً فوقتاً ان کی دیواروں اور چھتوں کو جھاڑنا' سامان وغیرہ کو گردوغبار اور دھوئیں سے بچانا' چیزوں کو جھاڑ پونچھ کر ترتیب سے رکھنا' فرش کو دھونا' باتھ روم' کچن اور نالیوں وغیرہ کو صاف کرتے رہنا اور کبھی کبھی فنائل وغیرہ پانی میں ملا کر نالیوں اور گندی جگھوں کو صاف کرتے رہنا ضروری ہے۔

موزوں لباس

اخلاق و صحت پر لباس کا بھی اثر پڑتا ہے اس لیے خود موزوں لباس استعمال کرنے کے ساتھ ساتھ بچے کو بھی موزوں لباس پہنایئے۔ لباس کی نعمت کا ذکر کرتے ہوئے اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا :

یا بنی ادم قد انزلنا الیکم لباسا یواری سواتکم و ریشا۔ (الاعراف:۲۶)

(اے بنی آدم! ہم نے تم پر لباس نازل کیا جو تمہاری شرم گاہوں کو ڈھانکتا ہے

اور تمہارے لیے زیب و زینت اور حفاظت کا ذریعہ ہے)۔

ریش پرند کے پروں کو کہتے ہیں۔ پر پرندے کو سردی و گرمی سے بھی بچاتے ہیں اور اس کے حسن و جمال کا بھی ذریعہ ہیں۔ اسی لیے ریش کا لفظ بول کر ایسا لباس مراد لیا جاتا ہے' جو انسان کی زیب و زینت کے ساتھ اس کی حفاظت بھی کر سکے۔

لباس کے بنیادی طور پر تین مقاصد و فوائد ہیں :

(۱) قابل شرم حصوں کو چھپانا

(۲) موسمی اثرات سے حفاظت

(۳) جسم کی زیبائش و آرائش

بچے کے لیے ایسا لباس تیار کرایئے' جو ان تینوں مقاصد کو پورا کرتا ہو۔ شروع ہی سے بچے کو سلیقہ و تہذیب کا لباس پہننے کا عادی بنایئے۔ بچے کا لباس تنگ نہ ہو کہ اس کے اعضا جکڑے رہیں۔ صحت و آرام کے لحاظ سے بچے کا لباس قدرے ڈھیلا اور آرام دہ ہونا چاہیے۔ چست لباس صحت کے لیے نقصان دہ ہوتا ہے کیوں کہ اس سے دوران خون متاثر ہوتا ہے۔ جسم کو ضروری مقدار میں تازہ ہوا نہیں ملتی اور جسم کے اندر اور باہر کا درجہ حرارت یکساں رہتا ہے۔

بچے کو کپڑے پہنانے سے پہلے انہیں جھاڑ ضرور لیجیے۔ ہو سکتا ہے ان میں کوئی موذی جانور ہو اور خدانخواستہ بچے کو کوئی ایذا پہنچا دے۔ ایک بار نبیؐ ایک جنگل میں اپنے موزے پہن رہے تھے' پہلا موزہ پہننے کے بعد جب آپؐ نے دوسرا موزہ پہننے کا ارادہ کیا تو ایک کوا جھپٹا اور آپؐ کا موزہ اٹھا کر لے گیا' کوے نے کافی اوپر لے جا کر اسے نیچے گرا دیا۔ کافی اونچائی سے گرنے کی چوٹ سے ایک سانپ اس میں سے نکل کر دور جا پڑا۔ یہ دیکھ کر آپؐ نے خدا کا شکر ادا کیا اور ارشاد فرمایا :

"ہر مسلمان کے لیے ضروری ہے کہ جب موزہ پہننے کا ارادہ کرے تو اس کو جھاڑ لیا کرے"۔ (طبرانی)

آپ جب جھاڑ کر کپڑوں کو استعمال کریں گے' تو آپ کی دیکھا دیکھی بچہ بھی اس کا عادی ہو جائے گا۔ اسی طرح دائیں جانب سے کپڑے پہنیے پہلے داہنی آستین اور پھر بائیں آستین تاکہ بچہ بھی کپڑوں کو دائیں جانب سے پہننے کا عادی ہو جائے۔ یہ سنت بھی ہے اور سلیقے کی بات بھی۔

ہمارے ملک میں مختلف قسم کے کپڑے تیار ہوتے ہیں۔ سوتی' ریشمی' اونی' ٹیری کاٹ' نائیلون وغیرہ۔ ہمارے ملک کی آب و ہوا کے حساب سے سب سے بہتر اور مناسب لباس وہ ہے' جو سوتی کپڑے سے تیار کیا گیا ہو۔ سوتی کپڑا پسینے کو بخوبی جذب کرلیتا ہے وہ ہر موسم کے لحاظ سے موزوں ہے۔ جسم کو سردی اور گرمی سے محفوظ رکھتا ہے چوں کہ ہمارے ملک میں روئی کافی مقدار میں پیدا ہوتی ہے' اس لیے یہ کپڑا نسبتاً سستا ہوتا ہے اور تمام لوگوں کی ضروریات کے لیے پورا ہو سکتا ہے۔

گرمیوں میں ہلکے پھلکے اور سردیوں میں موٹے کپڑوں کا استعمال بہتر ہوتا ہے اسی طرح گرمیوں میں سفید یا ہلکے رنگ کے کپڑے پسند کیے جاتے ہیں جب کہ سردیوں میں گہرے رنگ کے کپڑے پسند کیے جاتے ہیں کیوں کہ گہرے رنگ کے کپڑے سورج کی روشنی جذب کر کے جلد گرم ہو جاتے ہیں جب کہ سفید یا ہلکے رنگ کے کپڑے نسبتاً دیر سے گرم ہوتے ہیں۔

سردیوں میں اونی کپڑے کا استعمال صحت کے لیے مفید ہے۔ اس سے بدن گرم رہتا ہے اور جسم کو ضروری حرارت ملتی ہے۔ خواتین اگر ریشمی لباس استعمال کریں تو یہ ان کی صحت کے لیے بھی مفید ہے اور ان کی آرائش و زینت میں بھی اضافے کا سبب ہوتا ہے۔

بچے کا لباس ہر وقت صاف رہنا چاہیے۔ بچے میں شروع ہی سے صفائی کا ذوق پروان چڑھانے کی اس قدر کوشش کی جائے کہ اسے گندگی سے نفرت ہونے لگے۔ گندی جگہ کھیلنے اور گندے بچوں کے ساتھ رہنے سے بچوں کو باز رکھنا چاہیے۔

سونے اور کھیلنے کے کپڑے جدا ہوں تو بہتر ہے۔

بھڑکیلے اور بے ڈھنگے قسم کے کپڑے بچے کو نہ پہنائے جائیں۔ اسی طرح دوسروں کی نقالی یا تصنع والے کپڑوں سے بھی اجتناب کیا جائے کیوں کہ اس قسم کے لباس سے بہت سی نفسیاتی اور اخلاقی کم زوریاں پیدا ہونے کا اندیشہ رہتا ہے اور یہ کم زوریاں جسمانی صحت کے لیے بھی مضر ثابت ہو سکتی ہیں۔

مسرت وشادمانی

انسان کی صحت پر ذہنی و دماغی کیفیات کا بڑا اثر پڑتا ہے۔ رنج و غم فکر و الم انسان کی صحت کو دیمک کی طرح چاٹ جاتے ہیں۔ جلد بوڑھا ہو جانا' خودکشی کر لینا' پاگل ہو جانا جیسے امراض ذہنی کش مکش' دماغی دباؤ اور تفکرات کی کثرت کا نتیجہ ہوتے ہیں۔ اس کے برعکس فرحت و انبساط' خوشی و شادمانی' مسرت و شگفتہ مزاجی انسان کی صحت پر اچھے اثرات ڈالتے ہیں۔

تفکرات اور رنج و غم انسانی صحت ہی پر برا اثر نہیں ڈالتے بلکہ اخلاق و کردار میں بھی متعدد کم زوریوں کا باعث ہوتے ہیں۔ چڑچڑاپن' مغلوب الغضبی' مایوسی و بددلی جیسے عیوب رنجیدہ و ملول رہنے سے پیدا ہوتے ہیں جب کہ شاداں و فرحاں رہنے سے اعتدال و توازن' ہمت و شجاعت' جرات و خوداعتمادی جیسے اوصاف پیدا ہوتے ہیں۔

رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نوع بنوع مسائل کے ہجوم میں گھرے رہتے' دعوت اسلامی کے سخت مراحل سے نبرد آزما ہوتے' کبھی اپنوں کی نوازشیں کبھی غیروں کی سازشیں مگر شگفتہ مزاجی اور خوش طبعی آپ سے کبھی جدا نہ ہوتی۔

اسلام نے اپنے ماننے والوں کو صبر اور توکل دو ایسے اخلاقی اوصاف عطا کیے ہیں کہ مومن سخت سے سخت مراحل میں بھی بددل اور شکستہ خاطر نہیں ہو سکتا۔ صبر و

توکل مومن کے اندر ایسی جرات و ہمت پیدا کرتے ہیں کہ ناسازگار حالات میں بھی امید کی پتوار ہاتھ سے نہیں چھوٹنے پاتی۔ قرآن نے تو مایوسی کو کفر قرار دیا ہے۔

مسرت و شادمانی، فرحت و انبساط کو اپنی زندگی کا شیوہ بنائیے، خود بھی خوش رہیے اور بچوں کو بھی خوش رکھیے۔ گھر کا ماحول ایسا بنائیے کہ کوئی بھی فرد کبیدہ خاطر نہ ہونے پائے۔ لڑائی جھگڑے، کش مکش اور چپقلش سے گھر کے ماحول کو پاک صاف رکھیے۔ پریشانیوں کو خندہ پیشانی سے جھیلیے۔ کھیل کود، سیرو تفریح، ہنسی مذاق سے ماحول کو پر کیف اور مسرت انگیز بنائے رکھیے۔

کافی روشنی

سورج کی روشنی صحت کے لیے بہت ضروری ہے۔ آپ نے دیکھا ہوگا کہ جن پودوں کو روشنی نہیں مل پاتی وہ پیلے پڑ جاتے ہیں اور ان کی نشوونما رک جاتی ہے۔ شہر کی تنگ و تاریک گلیوں میں رہنے اور گھٹی گھٹی فضا میں سانس لینے والے لوگوں کی صحت کے مقابلے میں گاؤں کی کھلی اور روشن فضا میں سانس لینے والے لوگوں کی صحت بہتر ہوتی ہے۔

بچے کی صحیح نشوونما کے لیے اسے کافی روشنی کا ملنا ضروری ہے۔ روشنی حاصل کرنے کے دو ذرائع ہیں :

(۱) فطری ذریعہ : یعنی سورج، چاند اور تاروں وغیرہ سے

(۲) مصنوعی ذریعہ : چراغ، لیمپ، لالٹین اور بجلی وغیرہ سے

سورج کی روشنی صحت کے لیے بہت ضروری ہے، اس سے توانائی حاصل ہوتی ہے۔ بیماریوں کے جراثیم مر جاتے ہیں۔ کپڑوں اور سامان وغیرہ کی سیلن ختم ہو جاتی ہے۔ مکان اس انداز سے بنایا جائے کہ اس میں سورج کی روشنی اور دھوپ کافی دیر تک رہ سکے۔ جس مکان میں دھوپ کا گزر نہیں ہو سکتا وہ سیلن زدہ ہو کر جراثیم کی

پناہ گاہ بنا رہتا ہے جس سے صحت بری طرح متاثر ہوتی ہے۔

بچے کو ابتدا ہی سے کافی روشنی ملنی چاہیے۔ معتدل اور خوش گوار موسم میں بچے کو مکان سے باہر یا مکان کی چھت پر چٹائی یا غالیچہ بچھا کر کچھ دیر کے لیے ننگا لٹا دیا جائے تاکہ سورج کی صحت بخش کرنیں اس پر پڑتی رہیں اس کے لیے بہترین وقت صبح کا وقت ہے جب سورج کی بنفشی شعاعیں صحت پرور غذا لیے انسان کے جسم پر پڑتی ہیں۔ رفتہ رفتہ یہ وقت بڑھادیا جائے البتہ زیادہ ٹھنڈک یا تیز گرمی میں بچے کو اس طرح نہ لٹایا جائے۔ موسم گرما میں جب کہ سورج کی گرمی میں بہت تمازت آجاتی ہے۔ بچے کو سورج کی شعاعوں سے مستفید کرنے کے لیے کسی سایہ دار درخت کے نیچے لٹا دیا جائے یا پھر مکان کی کسی کھلی کھڑکی کے سامنے تاکہ بچہ دھوپ کی تمازت سے بھی بچا رہے اور سورج کی شعاعیں بھی اس تک پہنچ جائیں لیکن کھڑکی بند نہ رکھی جائے کیوں کہ سورج کی مفید شعائیں عام شیشے میں نہیں گزر سکتیں۔ بچے کو سورج کی شعاعوں سے مستفید کرتے وقت اس بات کا خیال ضرور رکھا جائے کہ بچے کی آنکھیں گردن اور سر سورج کی تیز دھوپ سے محفوظ رہیں۔

قرآن پاک میں متعدد مقامات پر آیا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے انسان کی خدمت کے لیے سورج اور چاند کو بنایا۔ سورج اور چاند کی روشنی سے انسان کس قدر توانائی حاصل کرسکتا ہے۔ اس کا اندازہ دور جدید کے ان سائنسی انکشافات سے لگایا جاسکتا ہے جو شمسی توانائی سے تعلق رکھتے ہیں۔ قرآن پاک نے اب سے چودہ سو سال پہلے شمس و قمر کی تسخیر کا تذکرہ کرکے اس سلسلے میں انسان کی رہ نمائی کردی تھی۔ اس وقت عام لوگ یہ تصور بھی نہیں کرسکتے تھے کہ شمس و قمر کی توانائی سے آیندہ صدیوں میں اس قدر کام لیا جاسکے گا اور شاید آنے والے دور میں شمسی توانائی سے انسان کچھ اور زیادہ مستفید ہوسکے گا۔

کھیل کود

کھیل کود بچوں کے لیے بہت مفید ہے۔ تعلیم یافتہ لوگ کھیل کو بچوں کی غذا اور تعلیم کا ایک جز تسلیم کرتے ہیں۔ لوگوں کا یہ احساس ہے کہ اگر درس گاہ کا ماحول دل چسپ کھیلوں سے خالی ہو تو طلبہ اسے اپنے لیے قید خانہ سمجھنے لگتے ہیں۔ ان کی جبلی صلاحیتیں ٹھٹھر کر رہ جاتی ہیں۔ خشک ماحول میں طلبہ کی تعلیم صحیح طور پر نہیں ہو پاتی۔ اس کے برعکس اگر درس گاہ میں کھیل کود' سیرو تفریح کے دل چسپ مواقع اور ذہنی شگفتگی کا ماحول موجود ہو تو بچے نہایت ذوق شوق سے تعلیم حاصل کرتے ہیں۔ ماہرین نفسیات کا خیال ہے کہ کھیل بھی ایک جبلت ہے' جس طرح بچہ دودھ مانگتا ہے' اسی طرح بچہ ہاتھ پیر مار کر کھیلنے کا آغاز کرتا ہے۔ آپ اپنے اردگرد کے بچوں پر نظر ڈالیے۔ دیکھیے ان کے نزدیک کھیل سے زیادہ محبوب مشغلہ کوئی دوسرا نہیں۔ جب وہ کھیلتے ہیں تو انہیں تن بدن کا ہوش نہیں رہتا۔ گرمی' سردی' ہوا' کیچڑ کسی بھی چیز کی وہ پروا نہیں کرتے۔ بھوک لگی رہے یا کپڑے خراب ہو رہے ہوں' ہوتے رہیں۔ وہ اپنے کھیل میں مگن رہیں گے۔ صبح کو بستر سے اٹھتے ہی درس گاہ سے واپس آکر بستہ رکھتے ہی کھیل میں مصروف ہو جاتے ہیں۔ نہ وقت دیکھتے ہیں اور نہ جگہ کو بس کھیلنے سے مطلب رکھتے ہیں۔ والدین ناراض ہوں تو بھی کھیلیں گے۔ وہ کھیل کی خاطر مار بھی جھیل لیتے ہیں۔ اب آپ اندازہ لگایئے کہ کھیل کی جبلت بچوں میں کتنی طاقت ور ہوتی ہے۔ اس جبلت کو دبانے کا جو نتیجہ ہو سکتا ہے اس کا اندازہ کرنا آپ کے لیے مشکل نہیں۔

امام ابوسفیان ثوری فقہ کے بہت بڑے عالم گزرے ہیں۔ ان کا دربار خلافت میں آنا جانا رہتا تھا۔ خلیفہ بھی ان کا بڑا احترام کرتا تھا۔ ایک بار انہوں نے خلیفہ سے کہا کہ بھئی اپنے بچے کی تو کسی روز زیارت کرا دیجیے۔ خلیفہ نے چند دن کی مہلت مانگی۔ جب آپ متعینہ وقت پر دربار میں تشریف لے گئے' تو دیکھا کہ بچہ ہاتھ باندھے

سر جھکائے تخت پر ایک طرف بیٹھا ہے۔ خلیفہ نے امام صاحب کو بتایا کہ یہ میرا بچہ ہے۔ امام صاحب نے فوراً فرمایا یہ بچہ ہے یا کوئی بوڑھا؟ امام صاحب کا مطلب یہ تھا کہ بچے کو تو چلبلا ہونا چاہیے۔ اتنی سنجیدگی اور متانت بڑھاپے میں تو آسکتی ہے مگر بچپن سے اس کا کوئی تعلق نہیں۔ حالاں کہ خلیفہ نے امام صاحب سے صرف اس لیے مہلت مانگی تھی کہ وہ بچے کو اچھی طرح اس بات کے لیے ٹرینڈ کرسکے کہ امام صاحب جب دربار میں آئیں تو بچہ نہایت ادب سے خاموشی کے ساتھ بیٹھا رہے۔

امام صاحب نے ایک جملے ہی میں اس بات کی وضاحت فرمادی کہ خاموش اور سنجیدہ بیٹھے رہنا بڑھاپے کی علامت ہے۔ بچے کی فطرت میں تو شوخی موجود ہے۔ واقعہ بھی یہی ہے کہ شوخی' شرارت' اچھل کود' بھاگ دوڑ' شور شغب' توڑپھوڑ اور اٹھک بیٹھک بچپن کے خواص اور ذہانت و زندگی کی علامتیں ہیں۔ ان صفات سے محرومی بچے کی بیماری یا بدھوپن کی دلیل ہے جو بچہ جتنا ذہین و زیرک ہوگا وہ اتنا ہی شوخ ہوگا۔ جو لوگ بچوں کو کھیل سے محروم رکھتے ہیں وہ بچے کی فطرت سے جنگ کرتے ہیں۔ دنیا کے سب سے بڑے نباض و فطرت شناس نے بھی بچوں کو کھیل کی آزادی دی ہے۔

عید کے موقع پر حضرت عائشہؓ کے پاس دو لڑکیاں گیت گارہی تھیں۔ رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم قریب ہی آرام فرما رہے تھے۔ اسی اثنا میں حضرت ابوبکر صدیقؓ آپہنچے۔ یہ منظر دیکھا تو غصے میں ڈانٹ کر کہا رسول اللہؐ کے گھر میں یہ کیا شیطانی ہنگامہ بپا کر رکھا ہے رسول خداؐ نے حضرت ابوبکرؓ کو خاموش کرتے ہوئے کہا ''انہیں گانے دو''۔

ایک بار کچھ بچیاں آپس میں مل کر کھیل رہی تھیں۔ ادھر سے آپؐ کا گزر ہوا تو وہ آپؐ کو دیکھ کر بھاگ کھڑی ہوئیں۔ آپؐ نے دوبارہ ان بچوں کو بلوایا اور ان سے کہا کہ تم کھیلو اور خوشی مناؤ۔

آپؐ نے نہ صرف بچوں کو کھیل کود کی اجازت اور ترغیب دی بلکہ خود بھی سیرو تفریح اور کھیل کود میں حصہ لے کر یہ بہترین اسوہ چھوڑا' متوازن زندگی کے لیے صحت بخش اور دل چسپ مشاغل کا اختیار کرنا بھی ضروری ہے۔ نبوت سے سرفراز ہونے کے بعد سیرو تفریح آپؐ کا محبوب مشغلہ تھا۔ کبھی تنہا اور کبھی صحابہؓ کے ساتھ باغوں کی طرف نکل جاتے اور کافی دیر تک مجلس جمائے رہتے۔ دوڑ اور تیراندازی کے مقابلے کراتے۔ اکھاڑے میں پوری دل چسپی سے شریک رہتے' ایسے موقعوں پر ہنسی مذاق بھی ہوتا' تیرنے کا بھی آپؐ کو شوق تھا۔ کبھی کبھی تیراکی کے مقابلے کراتے اور خود بھی مقابلے میں شرکت فرماتے۔ وقفے کے بعد بارش پڑتی تو تہبند باندھ کر پھوار میں نہایا کرتے۔ کبھی تفریحاً کسی کنویں میں پیر لٹکا کر اس کے دہانہ پر بیٹھ جاتے۔

رسول اللہؐ کے ان معمولات سے آپ اندازہ لگا سکتے ہیں کہ متوازن زندگی کے لیے سیرو تفریح اور کھیل کود نہ صرف جائز بلکہ ناگزیر ہے۔ مگر افسوس ان لوگوں پر ہے' جنہوں نے اسلام کو ایک ایسا مذہب بنا کر پیش کیا ہے' جس میں کھیل کود اور سیرو تفریح کی کوئی گنجایش نظر نہیں آتی۔ اگر آج کسی دینی رہ نما کو کشتی کرتے ہوئے یا نہر میں تیرتے ہوئے دیکھ لیا جائے تو اس کی دینی حیثیت مجروح ہو جائے گی۔ کاش اسلام کا وسیع اور ہمہ گیر تصور پھر سے اجاگر ہو جائے اور دنیا یہ جان لے کہ اسلام ایک ایسا نظام حیات ہے جو انسان کی فطرت سے کسی موڑ پر بھی متصادم نہیں ہے۔

کھیل کے اغراض و محاصل

کھیل کیوں کھیلا جاتا ہے؟ اس سلسلے میں ماہرین نفسیات نے مختلف توجیہات اور نقطہ ہائے نظر پیش کیے ہیں۔ اگرچہ ان سے کلی طور پر اتفاق نہیں کیا جا سکتا' مگر اصولی طور پر ان سے انکار بھی ناممکن ہے۔ ان توجیہات کا خلاصہ ذیل میں پیش کیا جاتا ہے تاکہ بچوں کی مناسب نشوونما کے لیے کھیل کی افادیت مزید واضح ہو سکے۔

○ ہر بچے میں اپنے قد اور ضرورت کے لحاظ سے توانائی کا فاضل ذخیرہ موجود رہتا ہے۔ کھیل کے ذریعے اس فاضل توانائی کا اخراج ہوتا رہتا ہے۔ اگر اس فاضل توانائی کو خارج کرنے کے لیے بچے کو مواقع نہ ملیں تو یہ فاضل توانائی بچے کے جسم کو نقصان پہنچا سکتی ہے۔ جیسا کہ فالتو بھاپ انجن کو نقصان پہنچا سکتی ہے۔

○ کھیل سے بچہ مستقبل میں بالغ زندگی کی ذمے داریوں کو پورا کرنے کی مشق فراہم کرتا ہے۔ بچیاں گڑیوں کے کھیل سے امور خانہ داری کی انجام دہی کا سلیقہ سیکھتی ہیں اور بچے مختلف کھیلوں سے مختلف ذمے داریوں کو ادا کرنے کی تربیت حاصل کرتے ہیں۔

○ بچے کی اپنی کچھ الجھنیں اور پریشانیاں ہوتی ہیں۔ اس کے بہت سے جبلی تقاضے پورے نہیں ہو پاتے۔ جس کی بنا پر وہ کلفت و اضطراب محسوس کرتا ہے۔ کھیل کود کے ذریعے بچے کے مجروح جذبات کی تسکین ہوتی ہے اور اس کو ذہنی کلفتوں سے چھٹکارا نصیب ہوتا ہے۔

○ نشوونما کے مختلف مراحل پر بچے کا ذہن اور جسم مختلف تقاضے کرتے ہیں۔ کھیل کود سے ان تقاضوں کی تکمیل ہوتی ہے۔

○ بچے میں رشک و رقابت اور مقابلہ و مسابقت کے جذبات ودیعت ہیں۔ کھیل سے ان جذبات کی بھرپور تسکین ہو جاتی ہے۔ دیگر صورت میں یہ جذبات غلط رخ اختیار کر کے بری عادتوں کا پیش خیمہ بن سکتے ہیں۔

○ انسان ترقی کر کے جس مقام پر پہنچ سکا ہے اس کے لیے اسے مختلف مراحل و تجربات سے گزرنا پڑا ہے۔ مٹی کے برتن بنانا' لکڑی کے تیر کمان بنانا' بھاگنا دوڑنا' پیڑ پر چڑھنا' جنگل میں گھومنا پھرنا' شکار کرنا' گھر گھروندے بنانا وغیرہ نہ صرف ماضی کی یادیں ہیں بلکہ انسان کے ابتدائی تجربات اور ارتقائی مراحل ہیں۔ بچہ کھیل کے ذریعے انہیں تجربات و مراحل سے گزر کر اپنی شخصیت کو سنوارتا ہے۔

○ بچے میں بہت سی تخلیقی صلاحیتیں فطری طور پر موجود ہوتی ہیں۔ انہیں تخلیقی صلاحیتوں کے اظہار اور ان کو پروان چڑھانے کے لیے بچہ متنوع قسم کے کھیل کھیلتا ہے۔

مذکورہ توجیہات سے پوری گنجایش کے باوجود یہ ماننا پڑے گا کہ کھیل بچے کے لیے اسی طرح ضروری ہے جس طرح غذا اور پانی۔ کھیل سے کیا کیا فائدے ہیں اس کا اندازہ مندرجہ ذیل وضاحت سے لگا سکتے ہیں۔

جسمانی فائدے : جسمانی صحت کے لیے کھیل بہت مفید ہے۔ کھیل سے جسمانی قوت میں اضافہ ہوتا ہے۔ بدن چست اور پھرتیلا رہتا ہے' کودنے پھاندنے' چڑھنے اترنے' گرنے سنبھلنے اور دوڑنے اچھلنے سے اعضا کھلتے ہیں' ان میں توازن و تناسب پیدا ہوتا ہے' دوران خون' عمل انہضام درست رہتا ہے' فضلہ اور زہریلا مادہ پسینے کی شکل میں اچھی طرح خارج ہوتا رہتا ہے' اعصاب و عضلات مضبوط اور کشادہ ہوتے ہیں' بیماریوں کے مقابلے کے لیے قوت مدافعت پیدا ہوتی ہے۔ کھلاڑی بچوں کی جسمانی نشوونما ان بچوں کے مقابلے میں بہت بہتر ہوتی ہے جنہیں کھیل کے مواقع میسر نہیں آتے۔

ذہنی فائدے : کھیل سے ذہنی نشوونما میں بھی بڑی مدد ملتی ہے۔ صحت مند دل و دماغ صحت مند جسم ہی میں پروان چڑھ سکتا ہے۔ بیمار اور مریل جسم میں صحت مند دل و دماغ کا تصور کرنا حماقت کے سوا کچھ نہیں۔ اگر کھیل جسمانی صحت پر اچھے اثرات ڈالتا ہے تو ذہنی صلاحیتوں پر بھی اچھے اثرات مرتب کرتا ہے۔ چیزوں کو توڑنے' جوڑنے اور بنانے بگاڑنے سے بچوں کو نئے نئے تجربات حاصل ہوتے ہیں۔ ان کے اندر ایجاد و اختراع کی صلاحیت پیدا ہوتی ہے۔ مختلف کھیلوں میں بچے کو مختلف حالات

اور قسم قسم کے ہم عمروں اور ساتھیوں سے سابقہ پڑتا ہے' ان سب سے نبرد آزما ہونے کے لیے بچوں میں بروقت فیصلہ اور اقدام کرنے کی صلاحیت پیدا ہوتی ہے۔ کھیل کے دوران ان کو مختلف معلومات حاصل ہوتی ہیں اور ان کے علم میں اضافہ ہوتا ہے۔ اپنے ساتھیوں سے جب وہ تبادلۂ خیال کرتے ہیں تو ان کے ذہن کی گرہیں کھلتی ہیں اور گفتگو کا سلیقہ آتا ہے۔ کھیل کے دوران اپنی جیت پر توجہ مرکوز کیے رہنے سے ان میں توجہ و انہماک اور کسی بلند مقصد کے لیے اپنی قوتوں کو مرکوز کردینے کی صلاحیت پیدا ہوتی ہے۔ بہت سے بچوں کے جبلی تقاضے گھریلو زندگی میں پورے نہیں ہوپاتے۔ جس کی وجہ سے ان کے ذہن پر ایک دباؤ سا رہتا ہے۔ کھیل کے ذریعے ذہنی دباؤ اور الجھن دور ہوجاتی ہے اور انہیں فرحت وانبساط محسوس ہوتا ہے۔ مختصر یہ کہ نئے بچوں' نئے طور طریقوں اور نئے نئے خیالات سے فیض یاب ہوکر بچہ ذہنی بلوغ کی شاہراہ پر گامزن ہونے لگتا ہے۔

جذباتی فائدے : جسمانی و ذہنی فوائد کے ساتھ کھیل سے بہت سے جذباتی فائدے بھی حاصل ہوتے ہیں۔ بچوں کے جذبات کو تعمیری رخ نصیب ہوتا ہے' ان کے جبلی تقاضوں کی تکمیل ہوتی ہے' ان کے جذبات غلط سمت اختیار نہیں کرپاتے۔ کھیل سے ان کی جذباتی زندگی میں توازن اور ہم آہنگی پیدا ہوتی ہے۔ بگڑا ہوا اکلوتا بچہ جب کھیل کے میدان میں داخل ہوتا ہے تو اسے جلد ہی یہ احساس ہونے لگتا ہے کہ دنیا میں دوسرے بچوں کی خواہشیں اور مطالبے بھی اتنے ہی اہم ہیں جتنے اہم اس کے مطالبات ہیں اور اگر وہ گھر کی طرح غصہ' ضد' بدمزاجی اور چڑچڑے پن سے کام لے گا تو کوئی بھی اسے اپنے ساتھ نہیں کھیلنے دے گا۔ چناں چہ اسے جلد ہی اپنے نرالے انداز کو ترک کرکے باہمی تعاون کی عادت ڈالنی پڑتی ہے۔ بعض گھرانوں کا خشک اور اکتا دینے والا ماحول بچوں کی جذباتی تربیت پر جو غلط اثر ڈال سکتا ہے' اس

کی تلافی بھی کھیل کے ذریعے بہ آسانی ہو سکتی ہے۔ کھیل کے خوش آیند پہلو بچوں میں افسردہ دلی و احساس کمتری کو جڑ نہیں پکڑنے دیتے بلکہ خوش مزاجی و خود اعتمادی کا سبب بنتے ہیں۔

معاشرتی فائدے : کھیل بچوں کے اندر معاشرتی سلیقہ پیدا کرتا ہے، کھیل ہی سے بچے معاشرے کے گوناگوں فرائض کو سمجھنے اور ان سے عہدہ بر آ ہونے کی تربیت حاصل کرتے ہیں، کھیل کے قواعد و ضوابط کی پابندی ان کی زندگی میں انضباط اور ڈسپلن پیدا کرتی ہے۔ ہم عمر ساتھیوں کے ساتھ کھیل کر زندگی کے اہم فرائض کو مشترکہ طور پر ادا کرنے کی اسپرٹ پیدا ہوتی ہے، باہم تعاون و رفاقت کا جذبہ پروان چڑھتا ہے، منظم کھیلوں سے وہ اپنی خواہشوں اور دل چسپیوں کو اجتماعی مفاد پر قربان کرنا سیکھتے ہیں۔ ریفری کے فیصلے کو تسلیم کرنے اور اپنے کپتان کا حکم ماننے سے اطاعت و قیادت کی تربیت حاصل ہوتی ہے۔ فتح و شکست کے لیے کش مکش کرنے سے ان میں عزم و استقلال پیدا ہوتا اور حق تلفیوں کے خلاف لڑنے کا حوصلہ ابھرتا ہے۔

اخلاقی فائدے : کھیل سے بچوں میں بہت سے پسندیدہ اوصاف پروان چڑھتے ہیں۔ اپنی ہار کی پروا کیے بغیر سچ بولنے سے بچوں میں صداقت و دیانت کے اوصاف پیدا ہوتے ہیں۔ مطلق العنانی کے بجائے دوسروں کے حقوق کا خیال اجاگر ہوتا ہے۔ صبر و استقامت اور عزم و ہمت جیسے اوصاف پیدا ہوتے ہیں جو مستقبل کی زندگی کے لیے کامیابی کا سنگ میل ثابت ہوتے ہیں۔

تعلیمی فائدے : کھیل کو عموماً تعلیم کے لیے نقصان دہ سمجھا جاتا رہا ہے۔ مگر اب یہ ایک واہمہ ثابت ہو چکا ہے۔ اب کھیل کی تعلیمی اہمیت مسلمہ حقیقت بن چکی ہے۔

کھیل سے بچوں میں جو چستی اور پھرتی پیدا ہوتی ہے' وہ ان کو درس گاہ میں چاق و چوبند رکھتی ہے۔ کھیل سے دماغ و ذہن کو بالیدگی حاصل ہوتی ہے اور یہ ذہنی بالیدگی تعلیمی ارتقا کی راہیں کشادہ کرتی ہے۔ مقابلاتی کھیلوں سے بچوں میں ہمت و استقلال اور محنت و جانفشانی کی جو اسپرٹ پیدا ہوتی ہے' وہ تعلیم کی گتھیوں کو سلجھانے اور تعلیم کے مراحل کو طے کرنے میں بڑی معاون ثابت ہوتی ہے۔ کھیل میں دل چسپی لینے والے طلبہ کمپٹیشن میں بڑی جرات سے حصہ لیتے ہیں۔ عموماً ان درس گاہوں کا تعلیمی رزلٹ بہت اچھا ہوتا ہے جہاں طلبہ کو کھیل کود اور سیرو تفریح کے مواقع مہیا ہوتے ہیں۔ اگر کھیل کود کو درس گاہوں میں مناسب مقام دیا جائے تو تعلیم و تربیت کی بہت سی خامیوں پر قابو پایا جاسکتا ہے۔

دینی فائدے: کھیل کود بچوں کو ڈسپلن اور اصول پسندی کا عادی بناتا ہے اور یہی چیز اسلام کو مطلوب ہے۔ جرات و ہمت' شجاعت و بہادری اور حق گوئی و بے باکی جیسے اوصاف کھیل سے نشوونما پاتے ہیں۔ اسلام کی دعوت و تبلیغ کے لیے ان اوصاف کا پایا جانا ضروری ہے۔ آدمی جس قدر صحت مند' چست اور چالاک ہوگا اسی قدر دین کی خدمت کے فرائض انجام دے سکے گا۔

جو دین دار قسم کے لوگ کھیل کو دین کے منافی سمجھتے ہیں' انہیں حضور اکرمؐ کے افعال و اقوال کی روشنی میں اپنی دین داری کا جائزہ لینا چاہیے۔

عمر کے لحاظ سے کھیل

بچوں کے کھیل کھلونوں میں بڑا تنوع پایا جاتا ہے۔ عمر کے لحاظ سے بچوں کے کھیل کے مذاق میں بہت سی تبدیلیاں واقع ہوتی رہتی ہیں۔ جب ہم بچوں کا مطالعہ کرتے ہیں تو ان کی تفریحی دل چسپیوں میں شدید اختلافات ملتے ہیں۔ ننھے بچے اکیلے

کھیلنا پسند کرتے ہیں تو بڑے بچے ہم عمروں کے ساتھ مل کر کھیلتے ہیں۔ کم زور بچے گھروں میں کھیلتے ہیں تو طاقت ور بچے میدان میں جوہر دکھاتے ہیں۔ لڑکے گیند بلا پسند کرتے ہیں تو لڑکیاں گڑیوں اور ہنڈکلیوں کا کھیل کھیلتی ہیں۔ ذہین لڑکے زیادہ سوچ بچار والے کھیل کھیلتے ہیں تو کند ذہن لڑکے کم سوچ بچار والے کھیل کھیلتے ہیں یا اپنے سے کم عمر بچوں کے ساتھ کھیلتے ہیں۔ شہری بچے کھیلوں میں تنوع پسند کرتے ہیں تو دیہاتی بچے یکسانی و سادگی پسند کرتے ہیں۔ اگرچہ دل چسپیوں کا یہ اختلاف بچوں کی عمر، مزاج، موسم اور وسائل و ذرائع پر موقوف ہے مگر عمر کے لحاظ سے ہم کھیلوں کو تین حصوں میں تقسیم کرسکتے ہیں :

(۱) بچپن یعنی ابتدائی عمر کے کھیل۔
(۲) لڑکپن کے کھیل۔
(۳) قبل از بلوغ کے کھیل۔

ابتدائی عمر کے کھیل : پیدائش کے بعد سے تین سال کی عمر تک کے کھیل اس زمرے میں شامل کیے جاسکتے ہیں۔ پیدائش کے بعد کچھ عرصے تک بچے صرف اپنے حواس سے کام لیتے ہیں۔ ہاتھ پاؤں مارنا، چیخنا چلانا ان کی سب سے پہلی ورزش ہے۔ ان حرکات سے ان کے اعضا و اعصاب نشوونما پاتے ہیں۔ اس کے بعد نئی نئی چیز پر ہاتھ ڈالنے، کسی حرکت کو بار بار کرنے، گردوپیش کے لوگوں اور چیزوں کو دیر تک تکتے رہنے سے انہیں فرحت محسوس ہوتی ہے۔ ان میں کچھ قوت اور آتی ہے تو وہ بیٹھنے، زمین پر رینگنے، چیزوں کی طرف لپکنے، انہیں اپنی طرف کھینچنے، ادھر سے ادھر کرنے اور ان کو پھینکنے میں دل چسپی لیتے ہیں۔ اس کے بعد بچے کھڑے ہونے اور چلنے کی کوشش کرتے ہیں۔ اس دوران بچوں کو خوب ہاتھ پیر مارنے اور نئی نئی حرکتیں کرنے کے مواقع دینا چاہیے تاکہ ان کے اعصاب و عضلات کو بھرپور نشوونما کا موقع مل سکے۔

اس مرحلے میں بچوں کو گود کا عادی بنا دینا اور ہر وقت گود میں لیے پھرنا بچوں کی صحت کے لیے نقصان دہ ہے۔ اس سے بچوں کی نشو و نما متاثر ہوتی ہے۔

جب بچہ چلنے لگتا ہے تو وہ اردگرد کی چیزوں میں زیادہ دل چسپی لینا شروع کر دیتا ہے۔ جو چیز بھی ہاتھ لگ جائے، اسے ہاتھ میں لے کر ٹٹولتا ہے۔ کبھی پھینکتا ہے، کبھی منہ میں ڈالتا ہے اور کبھی توڑنے کی کوشش کرتا ہے۔ اس طرح وہ بہت سی چیزوں کے بارے میں غیر ارادی طور پر معلومات حاصل کرتا ہے۔ سوراخوں میں انگلیاں ڈالنا، ناخن سے کریدنا اور کھودنا اس کا محبوب مشغلہ ہوتا ہے۔ اس عمر میں بچوں کو ایسے کھلونے فراہم کیے جائیں جو آسانی سے نہ ٹوٹنے والے اور پختہ رنگ کے ہوں کہ اگر بچہ انہیں منہ میں لے لے تو اس کا رنگ بچے کے حلق تک نہ پہنچ جائے۔ بہتر ہے کہ کھلونے خوش رنگ، حرکت کرنے والے اور بجنے والے ہوں تاکہ بچہ ان سے اچھی طرح محظوظ ہو سکے۔ اس عمر میں ایسی چیزیں بچوں کی دسترس سے باہر رکھی جائیں جن کے ٹوٹنے پھوٹنے سے نقصان کا اندیشہ ہو مثلاً آئینہ، کانچ، چینی کے برتن، چشمہ اور قلم دان وغیرہ۔ اگر بچہ کسی کھلونے یا چیز کو توڑ پھوڑ دے تو اس پر ملامت نہیں کرنی چاہیے کیوں کہ یہ تعمیر کی طرف ان کا پہلا قدم ہے۔ اگر آپ اس پر روک لگا دیں گے تو ان میں تعمیری و تخلیقی صلاحیتیں مرجھا کر رہ جائیں گی۔

اس عمر میں بچوں کو مٹی وغیرہ کھانے کی عادت پڑ جاتی ہے اور بعض بچے پاخانہ پیشاب سے کھیلنے کی گھناؤنی عادت میں گرفتار ہو جاتے ہیں۔ اس لیے نہایت احتیاط اور نگہداشت کی ضرورت ہے۔

اس عمر میں بچے متوازن کھیل پسند کرتے ہیں یعنی وہ دوسرے بچوں کے قریب تو کھیلتے ہیں مگر ان کے ساتھ مل کر نہیں کھیلتے بلکہ تنہا ہی کھیلتے ہیں۔ اس عمر میں بچے اور بچیوں کے کھیلوں میں بھی فرق نہیں ہوتا۔

لڑکپن کے کھیل : چار پانچ سال کی عمر سے آٹھ نو سال کی عمر تک کے بچے اس زمرے میں آتے ہیں۔ اس عمر میں ایک دوسرے کے ساتھ مل کر کھیلنے کی رغبت پیدا ہوتی ہے۔ شروع میں ٹولی میں اضافہ ہونے لگتا ہے۔ اس عمر میں بچے فضول اور بے معنی آوازیں نکالنے میں کافی دل چسپی لیتے ہیں۔ اکٹھا ہو کر غل مچانا' سر میں سر ملا کر مہمل فقرے دہرانا ان کا پسندیدہ مشغلہ ہوتا ہے۔ دوڑنا بھاگنا' ایک دوسرے کا پیچھا کرنا نگاہوں سے چھپنا اور ڈھونڈنا' ٹولی بنا کر ادھر ادھر گھومنا' جنگلوں کی طرف نکل جانا' درختوں پر چڑھنا' جانوروں کے پیچھے بھاگنا اور ان کی سواری گانٹھنا' کاغذ موڑنا' صابن کے غبارے اڑانا' شادی بیاہ رچانا' مختلف تقریبات منانا' ایک دوسرے کی نقل اتارنا' ان کے لذت بخش کھیل ہوتے ہیں۔ اس عمر میں بچے عموماً مقابلوں کے کھیل میں دل چسپی نہیں لیتے۔ اگر انہیں مقابلے کے کھیل میں حصہ لینا پڑ جائے اور ہار ان کے حصے میں آجائے تو وہ رونا چلانا شروع کر دیتے ہیں یا ہٹ دھرمی اور غلط بیانی سے کام لے کر جیتنے کا سہرا اپنے سر باندھنا چاہتے ہیں۔ اس مرحلے پر ان کی تربیت کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ وہ ہار جیت پر دیانت داری کو ترجیح دینے کے عادی بن جائیں۔ اس عمر میں بچوں کو آنکھ مچولی' رومال جھپٹ' کرسی دوڑ' جلیبی دوڑ' کبڈی' رسہ کشی اور مختلف قسم کی دوڑ میں حصہ لینے کے مواقع فراہم کیے جائیں۔ سیر و تفریح اور پکنک کے لیے کسی پر فضا یا تاریخی مقام پر لے جائیں۔ ان کے کھیلوں میں زیادہ مداخلت نہ کی جائے۔

قبل از بلوغ کے کھیل : نو دس سال کی عمر سے بالغ ہونے تک کے کھیل اس زمرے میں آتے ہیں اس دور کے کھیلوں میں بچے شور و شغب کم اور حرکت زیادہ کرتے ہیں۔ اب وہ کھیلوں میں تنوع کو پسند کرتے ہیں۔ اس دور میں دوسروں سے بازی لینے اور امتیازی درجہ حاصل کرنے کا جذبہ بڑا قوی ہوتا ہے۔ اب بچے سادہ

کھیلوں کے بجائے مسابقت اور مقابلے کے کھیلوں کو ترجیح دیتے ہیں۔ مستقل ٹیمیں اور کلب بنانے کی دل چسپی ہوتی ہے۔ دوسروں کو چیلنج کرنے اور ان سے ٹکرانے میں مزہ آتا ہے۔ ٹولیوں کی شکل میں گھر سے دور نکل جانے کا شوق ابھرتا ہے۔ عمر کے اس دور میں بچوں کو بیڈمنٹن' رنگ بال' گھوڑسواری' تیراکی' فٹ بال' والی بال' باسکٹ بال' کرکٹ' ہاکی' رسہ کشی' کبڈی' سائیکل سواری اور مختلف میچوں اور کھیل کے مقابلوں میں شرکت کے مواقع ملنا چاہیے۔ اس دور میں بچے مشینوں کو کھولنے باندھنے چھوٹا موٹا فرنیچر بنانے اور بجلی کے سامان میں توڑ جوڑ کرنے میں دل چسپی لیتے ہیں۔ البتہ لڑکیاں ہنڈکلیاں کھیلنے' سینے پرونے اور کشیدہ کاری میں زیادہ دل چسپی لیتی ہیں۔ اسی عمر میں جنسی میلان کا آغاز بھی ہوتا ہے اس لیے متوازن رہ نمائی کی زیادہ ضرورت ہوتی ہے۔ فحش لٹریچر' فیچر فلموں اور ریڈیو وٹی وی کے بے مقصد پروگراموں کے سلسلے میں اگر ان کی ضروری رہ نمائی نہ کی جائے تو ان کے بگڑنے کے امکانات زیادہ ہو جاتے ہیں۔

کھیل کھلونوں سے متعلق چند ضروری ہدایات

بچوں کے کھیل اور کھلونوں سے متعلق کوئی لگابندھا اصول متعین نہیں کیا جاسکتا ہے کیوں کہ بچوں کے کھیلوں میں بڑا تنوع پایا جاتا ہے۔

کھیل کھلونوں سے متعلق اپنے بچوں کی رہ نمائی کے لیے صحیح اور سائنسی طریقہ یہ ہے کہ آپ ان کا مطالعہ کریں' ان کے مزاج اور ذوق کو سمجھنے کی کوشش کریں' عمر کی روشنی میں ان کے جسمانی اور ذہنی تقاضوں کا تجزیہ کریں اور پھر فیصلہ کریں کہ ان کے لیے کس قسم کے کھلونے اور کھیل موزوں ہو سکتے ہیں۔

سرپرستوں کو اپنے بچوں کے لیے کھیل کھلونوں کا انتخاب کرتے ہوئے اپنی پسندیدگی و ناپسندیدگی کو سامنے نہیں رکھنا چاہیے بلکہ بچوں کی پسند و ناپسند کا خیال رکھنا

چاہیے۔ دیکھا گیا ہے کہ بعض والدین بچے کو اپنے ہمراہ بازار لے گئے۔ کھلونوں کی دکان پر پہنچ کر بچہ تو ایک کھلونا پسند کر رہا ہے' مگر والدین اس کے برعکس دوسرا کھلونا اس کو خرید کر دے رہے ہیں اور بچے کے سامنے اس کی پسند کو غلط اور اپنی پسند کو صحیح قرار دے رہے ہیں۔ ذرا سوچیے اگر بچوں میں والدین جیسی سمجھ بوجھ ہوتی تو وہ کھلونا کیوں طلب کرتے۔ ایسے موقعوں پر والدین کو بچے کے انتخاب ہی کو ترجیح دینی چاہیے۔

کھلونے خریدتے وقت بچے کی ذہنی و جسمانی صلاحیت کا ضرور خیال رکھنا چاہیے۔ چھے ماہ کے بچے کے لیے اگر آپ چابی سے چلنے والا جہاز یا سوئچ آن کر کے گولی پھینکنے والی بندوق خرید لیں تو یہ غیر موزوں ہے' اس کے لیے تو جھنجھنا یا کوئی چھوٹا سا کھلونا ہی موزوں اور مناسب ہے۔ اسی طرح اگر آپ پانچ چھے سال کے بچے کے لیے جھنجھنا یا کوئی چھوٹا سا کھلونا خرید لیں تو یہ صحیح انتخاب نہ ہوگا۔

ایسے کھلونے خریدیے جو خوش نما اور پایہ دار ہوں' بدنما اور جلدی خراب ہو جانے والے کھلونوں سے بچوں میں بدمزاجی اور چڑچڑا پن پیدا ہوتا ہے اچھے اور خوش نما کھلونے کم تعداد میں خریدنا بدنما کھلونوں کو بڑی تعداد میں خریدنے سے بہت بہتر ہے۔

کھیلوں اور کھلونوں میں تنوع کا ضرور خیال رکھیے کیوں کہ بچہ ایک ہی کھیل سے اکتا سکتا ہے۔ اکیلے کھیلنے' دوسروں کے ساتھ مل کر کھیلنے' باہر کھیلنے' بیٹھ کر کھیلنے' کھڑے ہو کر کھیلنے اور چل پھر کر کھیلنے' ہر طرح سے کھیلنے کے لیے کچھ نہ کچھ سامان ضرور مہیا کیجیے۔ ایسے کھلونے خریدنے کو ترجیح دیجیے جنہیں بچہ کئی ذریعوں سے کھیل سکے مثلاً لکڑی کے بلاک' بچہ ان کی قطار بنا سکتا ہے۔ ان سے گھر' مدرسہ' دکان' دفتر' چبوترا اور کھیت وغیرہ بنا سکتا ہے۔

کبھی کبھار ایسا کھلونا بھی خرید لیجیے جس کے لیے بچہ ضد کر رہا ہے' اگرچہ وہ

کھلونا کسی کام کا نہ ہو تاکہ بچے کو یہ احساس دامن گیر نہ ہو سکے کہ اس کی خواہشوں کو پامال کیا جا رہا ہے۔

اگر مالی وسائل کھلونے خریدنے میں مانع ہوں تو گھر پر بہت سے کھلونے بنائے جاسکتے ہیں مثلاً لکڑی یا دفتی کے بلاک' مٹی کے کھلونے' کاغذ کی ناؤ وغیرہ۔ ان کھلونوں کے بنانے میں آپ بچوں کو بھی شریک کرسکتے ہیں تاکہ ان کی مسرت دوبالا ہو جائے۔ مہنگائی کے باوجود بچوں کو کھلونے ضرور ملنے چاہئیں۔ یہ ان کا پیدائشی حق ہے۔ خواہ وہ کھلونے آپ خرید کر دیں یا بنا کر۔

کوشش کیجیے کہ بچے گندی جگہ نہ کھیلیں اور اپنے کھلونوں کو بھی صاف ستھرا رکھیں۔ کھلونے خریدتے وقت بھی اس بات کا خیال رکھنا چاہیے کہ ایسے کھلونے خریدے جائیں جو آسانی سے صاف ہو سکیں جب بچہ بڑا ہو جائے تو اسے مل جل کر کھیلنے کی ترغیب دیجیے اور منظم کھیلوں کے مواقع فراہم کیجیے تاکہ اس کی سالم و متوازن شخصیت پروان چڑھ سکے۔

نیند اور آرام

نیند کی ضرورت

رسول خدا صلی اللہ علیہ وسلم کو معلوم ہوا کہ عبداللہ بن عمرو عبادت میں اتنے مشغول رہتے ہیں کہ دوسروں کے حقوق کی بھی کوئی فکر نہیں ہو پاتی ہے تو آپؐ نے ان سے دریافت فرمایا: "کیا یہ صحیح ہے کہ تم دن میں روزے رکھتے ہو اور رات میں نمازیں پڑھتے ہو" حضرت عبداللہ نے عرض کیا "ہاں یا رسول اللہ" یہ سن کر آپؐ نے فرمایا "ایسا نہ کرو' روزہ بھی رکھو اور افطار بھی کرو' سوؤ بھی اور جاگو بھی۔ اس لیے کہ تمہارے جسم کا تم پر حق ہے' تمہاری آنکھوں کا تم پر حق ہے"۔ (بخاری)

اس حدیث سے معلوم ہوا کہ انسان کے لیے سونا اور آرام کرنا بھی ایک دینی امر ہے۔ انسان کے جسم اور آنکھ کا یہ حق ہے کہ اس کو آرام پہنچایا جائے' قرآن میں بھی سونے اور آرام کرنے کے لیے واضح اشارات موجود ہیں۔

بچہ نیند کا زیادہ ضرورت مند ہوتا ہے۔ خاص طور پر صحت مند بچہ خوب سوتا ہے۔ ابتدائی چند مہینوں میں بچہ اکثر سوتا رہتا ہے۔ یہ سوچ کر بچے کو ہرگز بیدار نہ کیا جائے کہ وہ بہت دیر سے پڑا سو رہا ہے۔ بچے کو صرف دودھ پلانے اور نہلانے دھلانے کے لیے بیدار کیا جائے۔ اگر بچے کے دودھ پلانے کے اوقات مقرر کر لیے جائیں تو بہتر ہے تاکہ متعینہ وقت پر بچہ دودھ پی کر گہری نیند سو سکے' نیند کے سلسلے میں بچوں کی طبیعتیں عموماً مختلف ہوتی ہیں۔ بعض بچے گہری نیند سوتے ہیں۔ بہت سے بچے معمولی آہٹ سے بھی بیدار ہو جاتے ہیں۔ بعض بچے بہت دیر تک سوتے رہتے ہیں۔ جب کہ بعض بچے بار بار جاگ جاتے ہیں۔ بچے کا دیر تک گہری نیند سونا اس کی جسمانی و ذہنی نشوونما کے لیے بہت مفید ہے۔

کوشش کیجیے کہ آپ کا بچہ زیادہ سے زیادہ گہری نیند سو سکے۔ گھر کے ماحول کو ایسا بنائے رکھیے کہ بچے کی نیند میں خلل نہ پڑے۔ اگر بچہ کسی وجہ سے حسب ضرورت نہیں سو پا رہا ہے تو نہ سونے کے اسباب کا سراغ لگائیے اور ان کے ازالے کی فکر کیجیے۔ اس سلسلے میں بچوں کے ماہر ڈاکٹروں سے بھی مشورہ لیا جانا چاہیے۔

آرام کا صحیح طریقہ

اس بات کا خاص طور پر خیال رکھنا چاہیے کہ بچے کو آرام دہ بستر پر سلایا جائے تاکہ وہ سکون داطمینان سے اپنی نیند پوری کر سکے۔ اگر سونے کے درمیان بچے کا بستر خراب یا گیلا ہو جائے تو اسے فوراً بدل دیا جائے اس سلسلے میں ماں ذرا سا بھی تساہل اور لاپروائی نہ برتے اور ہر وقت اس قسم کی تکلیف برداشت کرنے کے لیے

اپنے کو تیار رکھے۔ بچہ اس قدر نازک بدن ہے کہ کسی گندی اور گیلی چیز کے اثر سے اس کی صحت فوراً متاثر ہو سکتی ہے۔

کبھی کبھی بچے کو معمولی بستر پر بھی سلایا جائے۔ شور شرابہ اور ہنگامہ کی جگہ پر بچے کو ہرگز نہ سلایا جائے' بچے کو اس طرح ہرگز نہ سلانا چاہیے کہ ماں کی چھاتی یا بوتل کی گھنڈی اس کے منہ میں ہو' بچے کو وقت ضرورت لوری سنا کر یا تھپتھپا کر بھی سلایا جا سکتا ہے مگر مستقل اس کی عادت نہ ڈالی جائے۔ لاڈ پیار میں بچے کو ہر وقت گود میں لیے رہنا اور اپنے سے جدا نہ کرنا بچے کے فطری تقاضوں پر ظلم کرنے کے مترادف ہے۔ بچے کو آرام کے لیے چارپائی یا فرش پر موٹا کمبل یا گدا بچھا کر لٹانا چاہیے۔ بچے کو اس بات کا بھی موقع دینا چاہیے کہ وہ کچھ دیر کے لیے آزادانہ طور پر ہاتھ پیر مار سکے تاکہ اس کے اعضاء کھل جائیں اور اسے جسمانی ورزش کے فوائد حاصل ہوں۔

2480

شروع ہی سے یہ کوشش کی جائے کہ بچہ ماں سے الگ دوسری چارپائی پر سوئے۔ اگر ابتدا سے اس پر عمل نہ کیا جا سکے تو چھ ماہ کے بعد بچے کو ماں اپنے سے الگ ضرور سلائے تاکہ بچے کو تنہا سونے کی عادت پڑ جائے اور بچہ ماں کے منہ سے نکلنے والی گندی ہوا سے بھی محفوظ رہ سکے۔ اگر بچپن ہی سے بچے کو الگ سلانے کی عادت نہ ڈالی گئی تو بچہ بڑا ہو کر بھی علاحدہ سونا پسند نہ کرے گا اور تنہا سوتے ہوئے گھبرائے گا۔ جس سے بزدلی کے اثرات پیدا ہونے کے امکانات سے انکار نہیں کیا جا سکتا۔

بچے کو الگ چارپائی پر سلانے کا اہتمام کرنے کے ساتھ ماں کی یہ ذمے داری ہے کہ وہ بچے کی دیکھ بھال ضرور کرتی رہے۔ بہتر یہ ہے کہ بچے کی چھوٹی چارپائی کے پاس ہی اپنی چارپائی بچھالے تاکہ بچے کی نگرانی کے فرائض بحسن و خوبی انجام دے سکے۔ جب بچہ بے دار ہو تو اسے یہ اطمینان ہو جائے کہ میری ماں میرے پاس ہی موجود ہے۔

بچے کو کبھی بھی منہ کے بل نہ سونے دیا جائے۔ یہ بہت بری عادت ہے اور اس سے سانس رک جانے کا بھی امکان رہتا ہے۔ اگر ماں دیکھے کہ اس کا بچہ منہ کے بل سو رہا ہے تو فوراً ہی اسے سیدھا کردے بہتر ہے کہ بچے کو دائیں کروٹ سونے کا عادی بنایا جائے۔

جب بچہ سو رہا ہو تو اس بات کا خاص طور پر خیال رکھا جائے کہ اس کا منہ بستر کے کسی کپڑے سے نہ ڈھکا ہو' اگر ماں بچے کے منہ کو کپڑے سے ڈھکا ہوا دیکھے تو منہ پر سے فوراً کپڑا ہٹا دے کیوں کہ کپڑے سے منہ بند ہو جانے کی وجہ سے تنفس کے رک جانے کا خطرہ رہتا ہے۔

رات کو سوتے وقت گھر کا دروازہ بند کر دیجیے تاکہ کتا یا کوئی دوسرا جانور داخل نہ ہو سکے۔ سونے سے پہلے بچے کا بستر جھاڑ دیجیے اگر وہ اندھیرے میں نہ سو سکتا ہو تو ہلکی روشنی کر دیجیے' سوتے وقت بستر کے پاس کوئی نقصان دہ چیز نہ رکھیے خاص طور پر چراغ اور لیمپ کو بستر سے کافی فاصلے پر رکھیے۔

آرام کے اوقات

کھانے پینے اور دوسری عادتوں کی طرح سونے کے آداب و اطوار اور نیند میں باقاعدگی اور سلیقہ مندی کا خیال رکھنا بھی ضروری ہے۔ پانچ چھے مہینے تک بچہ عموماً بیس گھنٹے سوتا ہے۔ چھے ماہ اور ایک سال کی عمر کے درمیان عموماً سولہ گھنٹے سوتا ہے بتدریج سونے کی مدت کم ہوتی رہتی ہے۔ یہاں تک کہ بچہ پانچ سال کا ہونے پر بارہ گھنٹے سوتا ہے۔

بچے کو پہلے مہینے میں عموماً تقریباً سوا گھنٹے کے بعد' دوسرے مہینے میں دو گھنٹے کے بعد اور تیسرے مہینے میں تین گھنٹے کے بعد بیدار کر کے دودھ پلانا چاہیے۔

مذکورہ بالا مدت سے پہلے بچے کو دودھ پلانے کے لیے بیدار کرنا بہتر نہیں۔ البتہ

بچہ خود بیدار ہوجائے اور دودھ کی خواہش کا اظہار کرے تو اسے ضرور دودھ پلادیا جائے۔

ایک سال کا ہونے سے پہلے بچے کو رات میں ایک بار یا دوبار دودھ پلایا جائے۔ جب بچہ ایک سال کا ہوجائے تو اسے رات میں دودھ نہ دیا جائے بلکہ سونے دیا جائے تاکہ اس کا جسم بھرپور طور پر پھل پھول سکے اور معدے کو بھی آرام ملے۔ البتہ ایک سال کے بچے کو دن میں دو ایک بار سونے کی ضرورت ہوگی۔ ماں اپنی اور بچے کی سہولت کے پیش نظر صبح' دوپہر اور سہ پہر میں سے کسی بھی ایک یا دو وقت کا انتخاب کرکے بچے کو ضرور سلائے۔ بچے کو اس بات کا عادی بنایا جائے کہ وہ رات شروع ہوتے ہی دودھ پی کر سوجائے۔

ایک سال کی عمر کے بچے کو صبح اور دوپہر کے کھانے کے ایک گھنٹے بعد تک نہ سونے دیا جائے اور انہیں ہاتھ پیر ہلانے کا موقع دیا جائے تاکہ ان کا کھانا ہضم ہوجائے۔ رات کی غذا دن کے مقابلے میں ہلکی اور خفیف ہونی چاہیے تاکہ بچے کی رات کی نیند میں خلل نہ پڑے۔

بچے کے آرام کے اوقات میں اس کے بول و براز کے اوقات کا ضرور خیال رکھنا چاہیے۔ شیرخوار بچہ عمر کے لحاظ سے عموماً آٹھ بار سے سولہ بار تک پیشاب کرتا ہے اور دوبار سے چھے بار تک پاخانہ کرتا ہے۔ اگر بچے کو ہر ڈیڑھ گھنٹے کے بعد پیشاب کے لیے اور ہر تین یا چار گھنٹے کے بعد پاخانے کے لیے بیدار کیا جائے تو بستر بھی نہ خراب کرسکے گا اور بچے کو بھرپور آرام اور سونے کا موقع بھی مل جائے گا۔ اگر ماں یا دایہ اوقات کی پابندی کرے تو خود بھی تکلیف سے بچ سکتی ہے اور بچہ بھی سکون سے سوسکتا ہے۔

رات ہوتے ہی چھوٹے بچوں کو گھر سے باہر نہ جانے دیجیے۔ نبی کریمؐ نے فرمایا "جب شام ہوجائے تو چھوٹے بچوں کو گھر میں روکے رکھو اس لیے کہ اس وقت

شیاطین زمین پر پھیل جاتے ہیں۔ (صحاح ستہ)

سونے سے متعلق بچوں کو اسلامی آداب اور مسنون دعائیں بھی یاد کرائیے۔

سوتے وقت کی دعا : اللھم باسمک اموت و احی "اے اللہ میں تیرے نام سے مرتا ہوں اور تیرے نام سے زندہ ہوتا ہوں۔"

سوکر اٹھنے کی دعا : الحمد للہ الذی احیانا بعد ما اماتنا و الیہ النشور۔

"اس خدا کی تعریف جس نے ہمیں موت کے بعد زندگی دی اور اسی کی طرف پلٹ کر جانا ہے۔

مناسب آرام نہ ملنے کے مضر اثرات

اگر بچہ ضرورت بھر گہری نیند نہ سوسکے' تو اس کی جسمانی نشوونما متاثر ہوتی ہے۔ معدہ اور دماغ کم زور ہونے لگتا ہے' اعضا و اعصاب میں تناؤ کی کیفیت پیدا ہونے لگتی ہے اس لیے ضروری ہے کہ بچے کو بھرپور آرام اور نیند حاصل ہو اگر بچہ کسی وجہ سے بھرپور نیند نہیں سوپا رہا ہے یا نیند کے درمیان بار بار جاگ پڑتا ہے تو اس کیفیت کے اسباب و محرکات کا سراغ لگا کر انہیں دور کرنے کی کوشش کرنا چاہیے۔

اگر ماں بچے کو روتا یا کلبلاتا دیکھے تو سب سے پہلے بچے کے بستر کو چیک کرے' کہیں وہ خراب یا گیلا تو نہیں ہے۔ اگر ایسا ہے تو فوراً صاف اور خشک بچھونا بچھا دینا چاہیے۔ بستر پر پڑی ہوئی کوئی چیز چبھ رہی ہے تو اس کو فوراً ہٹادے۔

بچے کی بے چینی' بار بار جاگنے یا رونے چلانے کی ایک وجہ یہ بھی ہوسکتی ہے کہ بچے کو مطلوب غذا نہ مل پارہی ہو جو بچہ اوپر کا دودھ پی رہا ہے وہ یقیناً گہری اور اطمینان بخش نیند نہیں سوسکتا ایسی حالت میں بچے کی مناسب غذا کا اہتمام کرنا چاہیے۔

بچہ پیاس کی وجہ سے بھی جاگ سکتا ہے۔ ایسی صورت میں دودھ پلانے سے

پہلے بچے کو تھوڑا سا تازہ پانی بھی پلایا جائے۔

سوتے بچے کو دن میں مکھیاں اور رات میں مچھر بھی پریشان کرتے ہیں اور بچہ بار بار بیدار ہوتا رہتا ہے' اس لیے بچے کو مچھردانی میں سلانا چاہیے تاکہ بچہ مچھروں اور مکھیوں سے محفوظ رہ سکے اور تازہ ہوا بھی ملتی رہے۔ بعض مائیں ایسی صورت میں بچے کا پورا بدن کپڑے سے ڈھانپ دیتی ہیں جس کی وجہ سے بچے کو تازہ ہوا نہیں مل پاتی اور بچے کو سانس لینے میں بھی دقت محسوس ہوتی ہے۔

ایسا بھی ہوتا ہے کہ بچہ جس کمرے میں سو رہا ہے وہ کمرہ دھوپ کی شدت سے بہت گرم ہو جاتا ہے اور بچہ گرمی سے پریشان ہو کر اٹھ جاتا ہے ایسی صورت میں بچے کو آرام پہنچانے کی ضرورت ہے۔

بچہ بلند آواز' شور و ہنگامہ کی وجہ سے بھی جاگ اٹھتا ہے اس لیے بچے کو پر سکون اور خاموش جگہ پر سلانا چاہیے۔

بچہ جب کچھ بڑا ہو جائے تو اسے سونے اور بیدار ہونے کی دعائیں یاد کرائیں اور انہیں سونے جاگنے کے عادات و اطوار کا عادی بنائیے۔ بچے کو بتائیں کہ وہ سونے سے پہلے اپنا بستر جھاڑ لے۔ سوتے وقت اپنے جوتے اور کپڑے پاس ہی رکھے تاکہ جب سو کر اٹھے تو تلاش کرنے میں دقت نہ ہو' بیدار ہو کر فوراً جوتے میں پیر نہ ڈالے جائیں بلکہ پہلے جوتے اندر سے صاف کر لیے جائیں مبادا کوئی موذی چیز گھس گئی ہو اسی طرح کپڑے بھی جھٹک کر پہنے جائیں۔

بچے کو ایسے کمرے میں سلائیے جس میں تازہ ہوا کا گزر ہو' کمرہ بالکل تاریک یا سیلن زدہ نہ ہو' ایسی کھلی چھت پر بھی بچے کو نہ سلائیے جس پر منڈیر یا جنگلہ نہ ہو۔ بچے کو زینے سے اندھیرے میں نہ اتاریئے اور نہ اترنے دیجیے۔

پاکیزہ ماحول

اچھی صحت و تندرستی کے لیے بچے کے اردگرد کا ماحول اخلاقی لحاظ سے پاکیزہ ہونا نہایت ضروری ہے۔ اگر صحیح عقائد و خیالات' نیک چال چلن' صالح سیرت و کردار کے افراد سے بچے کو واسطہ پڑتا ہے تو بچے میں ایجابی صفات پروان چڑھتی ہیں جن کا ذہنی و نفسیاتی اثر بچے کی صحت پر پڑتا ہے۔ اس کا دل و دماغ خوش رہتا ہے۔ اس کے ذہن میں پاکیزہ خیالات آتے ہیں۔ نیک عادات و اطوار اور حسن سلوک کے جذبات پروان چڑھتی ہیں۔ بچہ کو طمانیت قلب حاصل ہوتی ہے۔ وہ معمولی کپڑے پہن کر' موٹا جھوٹا کھا کر بھی اپنی خودی کی تعمیر کرتا ہے۔ اس کی صحت سنورتی اور عمر بڑھتی ہے۔ اس کے برعکس اگر بچے کے گردو پیش فاسد افکار و عقائد رکھنے والے بری عادات و اطوار میں ملوث جرائم پیشہ لوگ رہتے ہیں تو ماحول کی اخلاقی گندگی متاثر کرتی ہے۔ اس کے اندر بری عادتیں پنپنے لگتی ہیں۔ بدچلنی میں اسے مزہ آنے لگتا ہے اور پھر یہ برے عادات و اطوار نہ صرف اس کے دل و دماغ پر برے اثرات ڈالتے ہیں بلکہ اسے مہلک امراض میں مبتلا کر دیتے ہیں۔

آئے دن کا مشاہدہ گواہی دیتا ہے کہ جب بچہ غلط ماحول میں پڑ کر بہت سی ذہنی و نفسیاتی بیماریوں کا شکار ہو جاتا ہے اور بسا اوقات مہلک جسمانی بیماریاں اس کی صحت کو تباہ کر دیتی ہیں۔

اخلاقی لحاظ سے صاف ستھرا اور پاکیزہ ماحول دل و دماغ کو شگفتگی عطا کرتا ہے جس کے دور رس اثرات اس کی صحت پر پڑتے ہیں۔ جب کہ گندہ اور فاسد ماحول بچے کی طمانیت قلب کو دیمک کی طرح چاٹ جاتا ہے اور اس کی صحت خراب کر دیتا ہے۔

پاکیزہ سیرت و اخلاق بچے کی جسمانی صحت پر نہایت مفید اثرات ڈالتا ہے۔ بچے میں سیرت کی پاکیزگی اپنے ماحول سے پیدا ہوتی ہے۔ اس لیے بچے کی صحت کی ذمے داریوں کو ادا کرتے وقت اس پہلو کو بھی ضرور سامنے رکھنا چاہیے۔

باب چہارم (تربیت)

تربیت کے چند بنیادی نکات

بچوں کی تعلیم و تربیت کے سلسلے میں حکمت و دانائی سے کام لینا چاہیے۔ اس سلسلے میں ادنی سی غفلت بہت سے پریشان کن نتائج کا پیش خیمہ ہو سکتی ہے۔ اس لیے کہ اصلاح و تربیت کے سلسلے میں بے حکمتی فائدے کے بجائے نقصان کا سبب بن جاتی ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا :

الحکمتہ ضالتہ المومن۔ (حکمت مومن کا گم شدہ سرمایہ ہے)۔

قرآن پاک میں بھی حکمت و دانائی پر بڑا زور دیا گیا ہے۔ حضور اکرمؐ اپنے اصحابؓ کی اصلاح و تربیت کے سلسلے میں حکمت و دانائی کو ہمہ وقت پیش نظر رکھتے تھے' کوئی ایسا لفظ زبان سے نہیں نکالتے تھے جس کا حاضرین پر کوئی غلط اثر پڑے۔ ہر قول اور ہر عمل حکمت و دانائی سے لبریز ہوتا تھا تاکہ افراد کے کردار کی بہتر طور پر تشکیل ہو سکے۔

ذیل میں بچوں کی تربیت سے متعلق کچھ اہم نکات کی طرف اشارہ کیا جا رہا ہے۔ ان نکات کے پیش نظر توقع ہے کہ بچوں کی بہتر نشوونما ہو سکے گی۔

بچوں کی بہتر تربیت کے لیے یہ ضروری ہے کہ گھر کے ماحول کو خوش گوار بنایا جائے' بعض گھرانوں میں گھریلو جھگڑوں یا مالی بدحالی کی وجہ سے فضا غم آلود اور ماحول بے کیف

رہتا ہے ایسے ماحول میں پلنے والے بچوں میں بہت سی خرابیاں جڑ پکڑ جاتی ہیں۔

اگر بچے سے کوئی غلطی ہو جائے یا آپ کوئی بات اسے سمجھائیں اور اس کی سمجھ میں نہ آئے، تو مشتعل نہ ہوں اور نہ اس کو سزا دیں اس صورت میں اس میں نفرت کے جذبات کے جڑ پکڑنے کا اندیشہ ہے۔ آپ اسے مستقل مزاجی سے سمجھانے کی کوشش کریں۔

اگر بچے سے کوئی غلطی ہو جائے تو عفو و درگزر سے کام لیا جائے، محبت اور پیار سے سمجھا دیا جائے۔ ایک بار جو غلطی ہو گئی ہے، وہ بار بار یاد نہ دلائی جائے۔ ایسا کرنے سے بچے میں چڑ اور ضد پیدا ہو جاتی ہے اور اسی غلطی کو دوبارہ کرنے کا جذبہ بھی پروان چڑھنے لگتا ہے۔ بچے کی غلطی پر اسے دوسروں کے سامنے نہ ٹوکیے بلکہ تنہائی میں دل نشیں انداز میں سمجھایئے۔ غلطی پر ٹوکتے ہوئے اس کی خوبیوں کا ضرور تذکرہ کیجیے۔ فرض کیجیے آپ کے بچے نے جھوٹ بولا تو تنہائی میں بچے کو اس طرح سمجھایئے "بیٹا تم بہت اچھے ہو، کوئی شرارت نہیں کرتے، وقت پر اٹھتے ہو، وقت پر کھاتے ہو، بڑوں کا ادب کرتے ہو، سب لوگ تمہاری تعریف کرتے ہیں، سب تمہیں اچھا اور سچا کہتے ہیں، تم نے جو یہ غلطی کی ہے اس وقت تمہیں یہ دھیان نہیں رہا کہ تم کوئی غلطی کر رہے ہو" وغیرہ وغیرہ آپ دیکھیں گے کہ آپ کا بچہ ان شاء اللہ آیندہ جھوٹ نہ بولے گا۔

اگر گھر پر مہمان یا رشتے دار آئیں تو ان سے اپنے بچے کی شکایت نہ کیجیے بلکہ بچے کی خوبیاں بیان کیجیے، اس کو سراہیے، اگر بچے کی کوئی کمی ہے تو اسے نظرانداز کر دیجیے اور حسن ظن اور چشم پوشی سے کام لیجیے۔ فرض کیجیے آپ کے بچے نے کبھی کوئی چیز چرا لی، آپ سے ملاقات کے لیے آپ کے کچھ دوست یا رشتے دار گھر آئے تو موقع تلاش کر کے اپنے بچے کی خوبیاں ان کے سامنے بیان کرتے ہوئے یہ بھی بتایئے کہ ہمارا بچہ کبھی کوئی چیز بغیر اجازت نہیں لیتا۔ بچہ جب آپ کی زبان سے اپنے بارے

میں یہ بات سنے گا تو اسے اپنے فعل پر ندامت ہوگی اور اس کا عین امکان ہے کہ وہ یہ طے کرلے کہ آیندہ وہ کوئی چیز نہیں چرائے گا۔

بچے کی تربیت سے کبھی مایوس نہ ہوں۔ یہ توقع رکھنا کہ بچے کی بری عادتیں فوراً دور ہوجائیں گی' دانش مندی کی بات نہیں ہے۔ بچہ اپنے لاشعوری قصور سے لاعلم ہوتا ہے' بچہ بہرحال بچہ ہے' اس سے طفلانہ حرکتوں کا صدور لازمی ہے۔ اس سے بہت بلند توقعات باندھ لینا عقل مندی کی بات نہیں ہے۔

بچوں کو اپنے معیار پر نہ جانچیے۔ یہ نہ بھولیے کہ جب آپ بچے تھے تو آپ میں بھی خیرو شر کی اتنی تمیز نہ تھی جتنی اب ہے۔ آپ سالہا سال کے تجربوں اور آزمایشوں کے بعد جس مقام پر پہنچے ہیں بچے کو ابھی سے اس مقام پر دیکھنا اگر اس کے ساتھ ظلم و زیادتی نہیں ہے تو پھر کیا ہے؟ آپ نفع و نقصان کا جو پیمانہ رکھتے ہیں' اخلاقی وغیراخلاقی باتوں میں جو فرق کرتے ہیں' وہ بچے میں ابھی سے کس طرح پیدا ہو سکتا ہے۔

بچوں کو کچھ ایسے کام آزادانہ طورپر ضرور کرنے دیجیے جس سے ان میں خوداعتمادی اور جرات پیدا ہو۔ بات بات پر بچے کو ٹوکنا اور اس کی تمام حرکتوں پر گہری نظر رکھنا مناسب نہیں ہے۔ اس کی قوت ارادی کو پروان چڑھانے کے لیے تھوڑا بہت مالی نقصان بھی برداشت کیجیے۔ مثال کے طورپر آپ نے بچے کو کچھ کھلونے لاکر دیے' بچہ ان کھلونوں کو مختلف زاویوں سے دیکھتا ہے' ان کے پیچ پرزے کھولتا ہے تو بچے کو ایسا کرنے دیجیے۔ دراصل بچہ مختلف تجربے کررہا ہے' اس سے اس کے اندر خوداعتمادی بھی پیدا ہوگی اور تجرباتی صلاحیت بھی پروان چڑھے گی۔ اگر آپ نے اس کو ڈانٹ دیا' تو وہ وقتی طورپر اپنے مشغلے سے باز تو آجائے گا مگر اس کی خوداعتمادی مجروح ہوجائے گی۔

بچوں کی فطری خواہشوں کی تکمیل کی حتی الامکان کوشش کیجیے اور آہستہ آہستہ

ان پر قابو پانے کی تربیت دیجیے۔ مثال کے طور پر آپ بچے کو لے کر بازار جاتے ہیں' بچہ بہت سی مٹھائیاں اور پھل دیکھ کر اسے لینے کی خواہش ظاہر کرتا ہے' آپ بچے کو کچھ مٹھائی وغیرہ خرید کر دے دیتے ہیں' ہاتھ میں پہنچتے ہی بچہ ان کو کھانا چاہتا ہے' آپ تھوڑے سے صبر کی تلقین کیجیے اور بتایئے کہ کھڑے ہو کر اور عام بازار میں کھانا اچھے بچوں کا شیوہ نہیں ہے۔ مگر جلد ہی اس کو اطمینان سے بیٹھ کر کھانے کی جگہ فراہم کر دیجیے کیوں کہ وہ زیادہ دیر تک صبر نہ کر سکے گا کچھ بڑا ہونے پر اتنا صبر کرایئے کہ گھر پہنچ کر کھائے' پھر چیزوں کے خریدنے میں ناغے کا وقفہ بڑھاتے رہیے۔ بہن بھائیوں کو شریک کرنے اور مل بانٹ کر کھانے پر آمادہ کیجیے اور خریدتے وقت اسے یہ بتایئے کہ اس میں اس کے بہن بھائیوں کا بھی حصہ ہے۔ اس طرح بچہ اپنی خواہشوں پر قابو پانے کی تربیت حاصل کر سکے گا۔

بھوک مٹانے' جان بچانے' اپنی بڑائی جتانے' ملکیت و اختیار اور جنس وغیرہ کی خواہشیں بڑی شدید ہوتی ہیں' ان خواہشوں کو تعمیری رخ دینے کی سخت ضرورت ہے۔ ورنہ بے راہ روی کے امکانات قوی ہو جاتے ہیں۔ کیوں کہ ان خواہشوں کی تکمیل کے لیے انسان سب کچھ کر گزر جانے کے لیے تیار رہتا ہے۔ بہت سے اخلاقی رذائل انہیں کے ضمن میں بھٹکنے سے جڑ پکڑ سکتے ہیں اور یہی خواہشات تعمیری رخ پا کر کارہائے نمایاں کے لیے جدوجہد کا سبب بنتی ہیں۔ اس لیے ان خواہشوں کو کچلنے کے بجائے ان پر قابو پانے اور انہیں صحیح رخ دینے پر خصوصی توجہ دینی چاہیے۔

فحش فلم بینی' ریڈیو' ٹی وی کے مخرب اخلاق پروگراموں سے بچے کو دور رکھنا چاہیے البتہ اخلاقی' سماجی' سائنسی اور معلوماتی پروگراموں سے استفادے کے مواقع فراہم کیے جائیں تاکہ جائز خواہشیں' جائز حدود میں پوری ہو سکیں۔ ورنہ بچے کے بھٹکنے کا اندیشہ رہتا ہے۔ اسی طرح فحش لٹریچر کے بجائے اصلاحی و تعمیری مگر دل چسپ مطالعے کا عادی بنایا جائے' اصلاحی و معاشرتی افسانے' تاریخی ناول' تعمیری ڈرامے'

پاکیزہ کہانیاں اور سیرت و تاریخ کی کتابیں مطالعے کے لیے فراہم کی جائیں۔

گھر کا ایک حصہ یا ایک الماری وغیرہ بچے کے لیے مخصوص کردیا جائے جس پر صرف اسی کو تصرف کا حق حاصل ہو تاکہ وہ اپنی پسندیدہ اشیاء ترتیب اور سلیقے سے رکھ سکے اور اس طرح اسے سلیقہ مندی کی تربیت حاصل ہوسکے۔

بے جا لاڈ پیار بھی بچوں میں بری عادتوں کے جنم کا باعث ہوتا ہے۔ بچے کی تربیت کے سلسلے میں محبت کے فطری جذبے سے مغلوب نہیں ہونا چاہیے' بچہ کسی چیز کی خواہش کا اظہار کرتا ہے اور آپ سمجھتے ہیں کہ وہ خواہش جائز ہے تو فوراً اس کو پورا کردیجیے' اگر آپ خواہش کو پورا نہ کرسکے اور بچے نے رونا شروع کردیا تو اب اس کی خواہش پوری نہ کیجیے' ورنہ وہ سمجھ بیٹھے گا کہ اپنی خواہش کی تکمیل کے لیے سب سے کارگر حربہ رونا اور ضد کرنا ہے۔

بچے کی سرگرمیاں اس کی زندگی کے خوش گوار یا تلخ تجربات سے مربوط ہوتی ہیں۔ مثال کے طور پر بچے گھروں میں پالے جانے والے جانوروں اور پرندوں کو بہت پسند کرتے ہیں' ان کے ساتھ کھیلنا چاہتے ہیں' لیکن ایک وہ بچہ جس کی انگلی کو طوطے نے کاٹ لیا ہو یا بھوں بھوں کرتے کتے سے ڈر گیا ہو' یا بلی کی خوف ناک غراہٹ اور اس کی کالی پیلی آنکھوں سے جسے واسطہ پڑا ہو' وہ ان کے نام سے ڈرنے لگتا ہے۔ فیل ہونے والا بچہ امتحان سے گھبراتا ہے' جب کہ اچھے نمبروں سے پاس ہونے والے بچے امتحان آنے پر خوشی محسوس کرتے ہیں۔ ایک بچہ ریاضی کے گھنٹے میں ڈانٹ پھٹکار اور مار پیٹ سے دوچار ہوتا ہے تو وہ ریاضی کے گھنٹے سے کترانے لگتا ہے' ایک دوسرے بچے کے ساتھ معلم بڑی شفقت و محبت سے پیش آتا ہے' اس کو استاد سے شاباشی اور حوصلہ افزائی ملتی ہے تو وہ ریاضی کے گھنٹے میں خوش ہوجاتا ہے۔ ایک شیرخوار بچے کے لیے ماں کی چھاتی سے زیادہ کیا چیز مرغوب ہوسکتی ہے مگر جب ماں اس پر ایلوا لگادیتی ہے تو وہ چھاتی کے قریب نہیں جاتا۔ مختصر یہ کہ بچہ اپنے تجربات کی روشنی میں

خود اپنے لیے راہ متعین کرتا ہے۔ والدین کی ذمے داری ہے کہ وہ بچے کی سرگرمیوں کو مثبت اور خوش گوار تجربات سے مربوط کرنے کی کوشش کریں۔

بچے کی قوت و صلاحیت اگر غلط رخ پر صرف ہو رہی ہو تو صرف رخ تبدیل کردیجیے، ختم کرنے کی کوشش نہ کیجیے مثلاً: ایک بچہ بہت نڈر اور طاقت ور ہے، وہ جا و بے جا اور جائز و ناجائز جھگڑتا ہے، دوسروں پر ظلم کرتا ہے، اپنے ہم جولیوں کو ستاتا ہے، تو اسے بتایئے کہ وہ غلط باتوں کے خلاف اپنی طاقت استعمال کرے۔ ظالم کو ظلم کرنے سے روکے۔ اسی طرح ایک اتالیق نے دو بچوں کو لڑتے ہوئے دیکھا، وہ دونوں گتھم گتھا ہوکر ایک دوسرے کو زیر کرنے پر تلے ہوئے تھے۔ اتالیق نے دونوں بچوں کو الگ الگ کیا اور کہا "تم دونوں کشتی لڑو، جو جیت جائے اس کی جیت اور جو ہار جائے اس کی ہار"۔ دونوں کشتی کرتے ہیں ایک دوسرے کو پچھاڑنے کے لیے اپنی پوری طاقت لگادیتے ہیں۔ انجام کار دونوں کی حسرتیں پوری ہوجاتی ہیں۔ ایک دوسرے کے خلاف غصہ و عناد ختم ہوجاتا ہے اور کھیل کا کھیل بھی ہوجاتا ہے۔ اس طرح حکمت و دانش مندی سے بچے کی طاقت کو صحیح رخ دیا جاسکتا ہے، اور ان کو بہت سی برائیوں سے دور رکھا جاسکتا ہے۔

بچوں کی تعلیم و تربیت میں ان کی عمر اور استعداد کا ضرور پاس و لحاظ رکھنا چاہیے۔ ان کی صلاحیت سے زیادہ ان سے کام لینا یا ان پر مضامین کا بوجھ لاد دینا یا ایک درجہ چھوڑ کر اگلے درجے میں ترقی دلادینا، بچوں کے لیے نہایت نقصان دہ ہے اور اس سے ان کی صلاحیتوں کو خاطر خواہ نشوونما نہیں مل پاتی۔

بچوں کی نفسیات اور جذبات و احساسات کو سمجھنا بہت ضروری ہے۔ اگر آپ کی کسی روش سے بچوں کے احساسات و جذبات کو ٹھیس پہنچ جائے تو اس کی تلافی ناممکن ہے۔ بچے بگڑتے ہی اس وقت ہیں جب ان کے جذبات و احساسات کی تحقیر کی جائے اور ان کی نفسیات کا مطالعہ نہ کیا جائے۔

اپنی باتیں ذہن نشین کرانے کے لیے محض خشک وعظ سے کام نہ لیجیے۔ اپنی بات کو شیریں اور موثر انداز میں پیش کیجیے' کبھی کبھار لطافت و مزاح بھی گفتگو میں شامل کر لیجیے۔ مثالوں' اشاروں اور کہاوتوں سے اپنی بات کو واضح کیجیے۔ میٹھے الفاظ' درد بھرا لب و لہجہ اثر کیے بغیر نہیں رہتے۔ اکھڑ رویہ' کھردری زبان' کڑوے کسیلے جملے' روکھی سوکھی باتیں کبھی اپنا اچھا اثر نہیں چھوڑتیں۔

بچے قصے کہانیوں میں بہت دل چسپی لیتے ہیں۔ انہیں نصیحت آموز کہانیاں سنائیے۔ خصوصاً رات کو گھر کے بچوں کو جمع کر لیجیے اور انہیں اپنے طور پر پاکیزہ اور اچھے قصے سنائیے۔ سناتے وقت بچوں سے سوال بھی کرتے رہیے تاکہ وہ غور سے سنتے رہیں اور آپ کا مقصد بھی پورا ہو۔

بار بار ہر وقت نصیحت کرتے رہنے سے پرہیز کیجیے۔ زیادہ ٹوکنے سے بچے میں ضد پیدا ہوتی ہے اور نافرمانی کا جذبہ جڑ پکڑتا ہے۔ مناسب موقعے سے نصیحت کیجیے جب آپ دیکھیں کہ بچے پر کوئی خاص تاثر قائم ہو رہا ہے تو اسی مناسبت سے نصیحت کیجیے۔ جب بچہ کسی پریشانی' الجھن یا مصروفیت میں ہو تو اس کو بالکل نصیحت نہ کیجیے۔

بچے کو عادی بنائیے کہ اگر کوئی چیز اس کی سمجھ میں نہ آئے تو وہ بلا جھجک پوچھ لیا کرے' سوال کرنے پر بچے کو ڈانٹیے نہیں بلکہ اسے اطمینان بخش جواب دیجیے۔ سوال کرنے پر اس کی حوصلہ افزائی کیجیے۔ کبھی کبھار خود بھی اس سے سوال کیجیے۔ باہم سوال و جواب کا سلسلہ بھی کبھی کبھار ضروری ہے۔

پابندی کے ساتھ بچے کو اپنے اوقات میں سے کچھ وقت ضرور دیجیے آپ محض کمائی کی مشین نہیں ہیں بلکہ بچے کے ماں باپ بھی ہیں۔ آپ کے وقت پر بھی ان کا حق ہے۔ وہ بچے عموماً آوارہ یا پھسڈی ہو جاتے ہیں جن کے والدین ان کو وقت نہیں دے پاتے۔

بچہ جب بولنے اور سمجھنے لگے تو اسے مختصر احادیث' قرآنی آیات اور عمدہ

- اشعار یاد کرائیے۔ اس سے بچے کا لب ولہجہ درست ہو گا' اس کی زبان بری باتوں سے محفوظ رہے گی اور اس کا دل و دماغ شروع ہی سے اچھی باتوں کو قبول کرنے اور یاد رکھنے کا عادی بنے گا۔

بہتر اخلاق کی نشوونما اور ناپسندیدہ حرکات سے باز رکھنے کے لیے یہ بھی ضروری ہے کہ بچے کی عمر اور صلاحیت کے اعتبار سے مناسب کھیلوں' دل چسپیوں اور درسیات کے علاوہ' دل چسپ مشاغل و مصروفیات اور اجتماعی سرگرمیوں کے زیادہ سے زیادہ مواقع فراہم کیے جائیں۔

والدین اور اساتذہ خود مثالی کردار پیش کریں تو بچہ فطری طور پر ان کی تقلید کرتا ہے۔ اگر آپ اپنی زندگی میں اخلاق اور اصولوں کو کچل رہے ہیں تو پھر بچے کے بگڑ جانے پر آپ کو کوئی حیرت نہیں ہونی چاہیے۔ وہی بچہ جھگڑالو ہو سکتا ہے جس کے والدین بات بات پر دوسروں سے جھگڑتے ہوں۔ صلح پسند اور خوش مزاج والدین کا بچہ بھلا کیوں کر جھگڑالو ہو سکتا ہے۔

اخلاقی تربیت

اخلاق و کردار نسل انسانی کا سب سے قیمتی اثاثہ ہے۔ اگر کوئی قوم اخلاق سے محروم ہو جائے تو دنیا کی کوئی طاقت اسے تعمیرو ترقی سے ہم کنار نہیں کر سکتی۔ اس کے برخلاف بااصول و باکردار قوم کو کوئی طاقت زیر نہیں کر سکتی۔ جنگ عظیم دوم میں جب فرانس کو شکست ہوئی' تو اس کے صدر نے کہا کہ ہم اس لیے ہارے ہیں کہ ہمارا نوجوان کردار کھو چکا ہے۔

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا "تم میں سب سے بہتر وہ ہے جس کے اخلاق سب سے اچھے ہوں"۔

اخلاق و کردار سے مزین کرنے کا سب سے سنہرا دور بچپن کا دور ہے' اس عمر

میں جسمانی نشوونما کے ساتھ کردار بھی نشوونما پاتا ہے۔ مشہور مقولہ ہے کہ بچے کا ذہن سادے کاغذ کی مانند ہے' اس پر جو کچھ بھی لکھ دیا جائے نقش ہو جاتا ہے۔ بچے کی نشوونما کے مختلف پہلوؤں کے ساتھ ساتھ اس کی اخلاقی تربیت پر بھی توجہ دینا چاہیے۔ بعض والدین اخلاقی تربیت سے اس لیے صرف نظر کر جاتے ہیں کہ عمر کے ساتھ ساتھ بچہ خودبخود اچھے برے میں تمیز کرنے لگے گا اور نیکی و بدی کی پہچان ہوتی جائے گی۔ حالاں کہ اخلاقی تربیت سے پہلوتہی کرنے کے جو مہلک نتائج ہو سکتے ہیں ان کا اندازہ ایسے بچوں کے عادات و اطوار اور اخلاق و کردار سے لگایا جا سکتا ہے' جو اخلاقی تربیت سے محرومی کے باعث آوارہ اور لفنگے بن کر سماج اور ملک و ملت کی پیشانی پر بدنما داغ ہیں۔ آپ نے سنا ہوگا کہ ایک ڈاکو کو ڈاکہ زنی کے جرم میں سزائے موت کا حکم سنایا گیا' مقتل کی طرف روانگی سے پہلے اس نے درخواست کی کہ مجھے میری والدہ سے ملنے کا موقع دیا جائے' چناں چہ اس کی درخواست پر ماں سے ملاقات کا بندوبست کیا گیا۔ جم غفیر کے درمیان سے ماں روتی ہوئی اپنے بیٹے کے آخری دیدار کے لیے آگے بڑھی' بیٹا بھی بڑے تپاک سے ماں سے لپٹ گیا اور اپنا منہ ماں کے کان کے قریب لے گیا' گویا وہ ماں سے کوئی رازدارانہ بات کہنا چاہتا ہو۔ اس نے دانتوں سے اپنی ماں کا کان اتنے زور سے کاٹا کہ ماں چیخ پڑی۔ لوگ اسے لعنت و ملامت کرنے لگے کہ آخری وقت میں تو نے ماں کے ساتھ یہ کیا سلوک کیا ہے؟ اس نے کہا کہ اسی ماں کی بدولت آج مجھے پھانسی پر چڑھایا جا رہا ہے۔ جب میں بچہ تھا تو پڑوسی کے گھر سے ایک سیب چرا کر لے آیا تھا اور اس نے وہ سیب خوشی خوشی رکھ لیا تھا' یہیں سے مجھ میں چوری کی عادت پڑی۔ اس وقت اگر یہ مجھے ایسا کرنے سے روک دیتی تو میرے لیے پھانسی کا حکم نہ ہوتا۔ دوسری طرف عبدالقادر جیلانی رحمتہ اللہ علیہ کے بچپن کا واقعہ ہے' جنھوں نے ڈاکوؤں کو اپنی صدری کے استر میں چھپی ہوئی اشرفیاں بتا دیں۔ ڈاکوؤں نے جب پوچھا کہ یہ اشرفیاں تو اسی لیے چھپائی گئی تھیں کہ

کوئی چور یا ڈاکو انہیں نہ پاسکے' آخر تم نے ہمیں صاف صاف کیوں بتادیا؟ تم چاہتے تو جھوٹ بول کر اپنی اشرفیاں بچا سکتے تھے۔ عبدالقادر جیلانی رحمتہ اللہ علیہ نے جواب دیا: سفر پر چلتے وقت میری ماں نے مجھے نصیحت کی تھی کہ بیٹا چاہے کچھ بھی ہو جائے' تم جھوٹ مت بولنا۔ عبدالقادر جیلانی کی اس بات کا ڈاکوؤں پر اتنا اثر ہوا کہ انہوں نے اپنے جرم سے توبہ کی' لوٹا ہوا سارا سامان واپس کیا اور نیکی کی راہ اختیار کرلی۔

ان دو واقعات سے بچپن میں اخلاقی تربیت کی اہمیت پر روشنی پڑتی ہے اور یہ واضح ہو جاتا ہے کہ بچپن ہی میں بچے کے اطوار و عادات تشکیل پاتے ہیں۔ بچے کو بہترین انسان' اچھا شہری اور باعمل مسلمان بنانے کے لیے ضروری ہے کہ اس کے کردار کی تعمیر پر بچپن ہی سے توجہ دی جائے۔ بچے کی اخلاقی تعلیم و تربیت کے سلسلے میں درج ذیل باتوں کو خصوصی طور پر ملحوظ رکھا جائے:

کچھ تربیتی اور اخلاقی اصول متعین کرکے زبردستی بچے پر نہ تھوپیے۔ اس سے بچے میں نفرت کا جذبہ پیدا ہوگا۔ بچے کے ذہن پر خشک اصولوں کا بوجھ ڈالنے کے بجائے روزمرہ کی زندگی سے نبرد آزما ہونے کا سلیقہ سکھایا جائے۔ بچہ بے شمار آزمائشوں اور حالات و واقعات سے دوچار ہوتا ہے۔ آپ ان حالات اور آزمائشوں کو سمجھنے اور ان سے نمٹنے کے لیے اس کی مناسب اور بروقت رہ نمائی کرتے جائیں۔ اپنے عمل کے اچھے اور برے نتائج سے اور آپ کی مشفقانہ رہ نمائی سے نیکی و بدی میں تمیز کرنے کی صلاحیت پیدا ہو جائے گی اور وہ اخلاقی اصولوں کو آسانی سے سمجھ سکے گا۔

خشک اور خطیبانہ نصیحتوں سے بھی پرہیز کیجیے۔ دل چسپ انداز میں قصے کہانیوں اور اچھی اچھی مثالوں کے ذریعے اخلاقی نصیحتوں کا مفہوم سمجھائیے۔ فرض کیجیے' آپ کے بچے نے کسی کو گالی دے دی تو صرف یہ خشک نصیحت کرکے نہ رہ جائیے کہ "گالی مت دیا کرو" "گالی دینا بری بات ہے" بلکہ آپ اسے گود میں لے کر پیار اور محبت سے یوں سمجھائیے "دیکھو بیٹا! یہ میرے پاس روپیہ ہے' یہ روپیہ میں تم کو دیتا ہوں مگر تم اس لیے

انکار کردو کہ یہ پھٹا ہوا ہے تو پھر یہ روپیہ کس کے پاس رہے گا؟" بچہ فوراً کہے گا "آپ کے پاس" اب آپ اسے سمجھائیے کہ بیٹا تم نے اپنے ساتھی کو گالی دینا چاہی' اس نے گالی لینے سے انکار کردیا اور تمہاری گالی قبول نہیں کی تو تمہاری گالی کس کے پاس رہے گی؟ بچہ کچھ سوچے گا اور سوچ کر کہے گا "میرے ہی پاس"۔ وہ اگر جواب نہ دے سکے تو آپ اس پر واضح کردیجیے کہ تمہاری گالی تمہارے ہی پاس رہے گی۔ اس طرح بچے کے ذہن میں یہ بات بیٹھ جائے گی کہ گالی نہیں دینا چاہیے۔ آپ اس موقعے پر کوئی ایسا واقعہ بھی سنا دیجیے جس سے گالی دینے والے کا انجام بھی واضح ہو جائے۔

بچے کی تربیت کے لیے یہ بہت ضروری ہے کہ آپ بچے کے مزاج اور اس کی صلاحیتوں کا گہرائی سے مطالعہ کریں۔ اس کی خوبیوں اور خامیوں کو ذہن میں رکھیں۔ حکمت و دانائی سے ایک ایک خوبی کو پروان چڑھائیں اور خامیوں کو ایک ایک کرکے دور کرنے کی کوشش کریں۔ تمام خوبیاں نہ بیک وقت پروان چڑھ سکتی ہیں اور نہ ہی تمام نقائص بیک وقت ختم ہو سکتے ہیں۔

بچوں کو نیکی و بدی کا شعور دلانے کے بعد انہیں نیکی کے کاموں کی تفصیل بتائیے' جیسے سچ بولنا' ایمان داری اور بھلائی کے کام کرنا' دوسروں کے دکھ میں ان کے کام آنا۔ عملاً بچوں سے ایسے کام بھی کرائیے مثلاً کوئی ضرورت مند ہو تو بچے کے ذریعے اس کی مدد کرادیجیے۔ دو بچوں کے درمیان جھگڑا ہو تو اپنے بچے سے کہیے کہ وہ ان کے درمیان صلح و صفائی کرائے' اسی طرح بچوں کو برے کاموں کے تفصیلی نقصانات سے بھی آگاہ کیجیے۔

بچوں کو ایسے ہم عمروں سے دور رکھیے' جن کے عادات و اطوار ٹھیک نہ ہوں یا وہ کسی بری عادت کا شکار ہوں۔ صاف ستھرے اور مہذب بچوں کے ساتھ رہنے کے مواقع فراہم کیجیے۔

بچوں کو تمباکو نوشی کے قریب نہ جانے دیجیے۔ اگر آپ کے گھر میں یا دوستوں

میں کوئی تمباکو نوشی کرتا ہے' تو اس سے درخواست کیجیے کہ وہ آپ کے بچوں کے سامنے تمباکو نوشی نہ کرے۔ اگر خدانخواستہ آپ خود اس لت کا شکار ہیں تو اپنے بچوں کی خاطر آج ہی سے اسے ترک کردیجیے۔ والدین تو بچوں کے لیے جان تک کی قربانی دے دیتے ہیں تو کیا آپ صرف تمباکو نوشی کی قربانی نہیں دے سکتے۔

بچوں کو ریڈیو' ٹی وی کے فحش پروگرام سننے یا دیکھنے سے باز رکھیے۔ گندی اور فحش فلمیں تو کبھی بھی نہ دیکھنے دیجیے۔ آج ہمارے معاشرے میں جو برائیاں اور اخلاقی بے راہ روی پھیلی ہوئی ہے اس کی زیادہ تر ذمے داری ہمارے ذرائع ابلاغ کے کھاتے میں جاتی ہے۔ ذرائع ابلاغ کو پاکیزہ بنانے کی منظم جدوجہد میں بھی بھرپور حصہ لیجیے۔

معاشرتی تربیت

جب بچہ پیدا ہوتا ہے تو فطرتاً انفرادیت کی طرف مائل ہوتا ہے۔ اسے گردوپیش کا نہ کچھ پتا ہوتا ہے اور نہ ہی اسے کوئی دل چسپی ہوتی ہے۔ وہ دوسروں سے بے نیاز ہوکر اپنی ذات میں گم رہتا ہے۔ جوں جوں اس کی عمر بڑھتی ہے' وہ گردوپیش میں دل چسپی لینا شروع کردیتا ہے۔ دو ماہ کا ہونے پر بچہ ماں باپ اور اپنی دیکھ بھال کرنے والوں میں کافی دل چسپی لیتا ہے۔ تیسرے ماہ وہ اپنے کھانے پینے کی چیزوں کی طرف تھوڑی بہت توجہ دینے لگتا ہے۔ چوتھے مہینے میں وہ اپنے والدین کی ناراضی اور خوشی کو کچھ نہ کچھ سمجھنے لگتا ہے۔ پانچویں ماہ میں بچہ ڈانٹ پھٹکار کے جواب میں رونا اور مسکرانے کے جواب میں مسکرانا سیکھ لیتا ہے۔ پھر دو تین ماہ بعد وہ ہلکے پھلکے کھیلوں کی طرف متوجہ ہونے لگتا ہے۔ نویں اور دسویں مہینے میں بچہ بڑوں کے بولنے کی نقل کرنے کی کوشش کرنے لگتا ہے اور دوسرے بچوں میں بھی دل چسپی لینا شروع کردیتا ہے۔ اس کے بعد بچے میں ان جبلتوں کا اظہار شروع ہوجاتا ہے جن کا تعلق معاشرتی زندگی سے ہے۔ ایک سال سے بلوغ تک کی عمر وہ قیمتی دور ہے' جس

میں بچے کی معاشرتی تربیت کی ضرورت ہے' تاکہ بچہ سماجی سرگرمیوں میں صحیح طور پر حصہ لے سکے۔ عموماً دو سال کے بعد بچے میں گروہ بندی کا عمل شروع ہو جاتا ہے۔ اس عمر میں بچے اکٹھا ہو کر کام کر سکتے ہیں۔ باہم مل کر کھیل سکتے ہیں۔ اس عمر میں معاشرتی خوبیاں یا معاشرتی نقائص نشوونما پاتے ہیں۔ اس لیے کوشش کرنا چاہیے کہ بچہ ذاتی دل چسپیوں کے ساتھ دوسروں کی دل چسپیوں کو بھی ملحوظ رکھنے کا عادی بن جائے۔ اسی دوران بچے میں آزادی کا جذبہ نشوونما پاتا ہے' اس میں انانیت اور خودپسندی پیدا ہونے لگتی ہے۔ وہ دوسروں پر اپنی طاقت کے اظہار کے لیے ان کی چیزیں بھی ہڑپ کرلیتا ہے۔ کبھی کبھی تو وہ والدین پر بھی اس حربے کو آزمانے کی کوشش کرتا ہے وہ اپنے کارناموں کو خوب بڑھا چڑھا کر بیان کرتا ہے۔ ماہرین نفسیات کا خیال ہے کہ دو سال سے پانچ سال تک بچے میں ارتقائی عمل جاری رہتا ہے اس عمر میں بچوں کی معاشرتی تربیت کے سلسلے میں درج ذیل باتوں کو خاص طور پر ملحوظ رکھنا چاہیے۔

اس عمر میں بچہ اپنے آپ کو بہت اہم سمجھنے لگتا ہے۔ اس میں خودغرضی اور محو بالذات کا رجحان پیدا ہوتا ہے۔ انانیت و خودپسندی کا جذبہ شدت پر ہوتا ہے اس لیے بچوں کو دوسروں کے ساتھ رہنے سہنے کھانے پینے اور کھیلنے کودنے کے وافر مواقع فراہم کیجیے۔ دوسروں کے حقوق کی اہمیت بھی بتائیے اسے انصاف و مساوات کی تعلیم بھی دیجیے تاکہ اس میں غرور اور نرگسیت کا رجحان جڑ نہ پکڑ سکے۔ ورنہ اس کی فرعونی ذہنیت نہ صرف آپ کے لیے باعث زحمت ہوگی بلکہ اس کی زندگی میں بھی تلخیاں پیدا کردے گی۔

والدین اور گھر کے افراد اپنے بچوں کی معاشرتی تربیت پر اپنے کردار سے دوررس اثرات ڈال سکتے ہیں۔ بچہ فطرتاً ہر چیز میں دوسروں کی تقلید کرتا ہے۔ آپ نے دیکھا ہوگا کہ اگر آپ کا بھائی آپ کو بھائی جان کہہ کر پکارتا ہے تو آپ کا بچہ جب

بولنا شروع کرے گا تو وہ بھی آپ کو بھائی جان کہنے لگے گا۔ بچہ تمام معاشرتی عادات و اخلاق اپنے گھر والوں ہی سے سیکھتا ہے آپ اگر جھوٹ بولتے ہیں تو آپ کا بچہ سچ بولنے کا عادی نہیں ہو سکتا۔ بچہ والدین کے اخلاق و عادات کو بہترین نمونہ سمجھتا ہے۔ اس کے ذہن میں یہ بات رچی بسی ہوتی ہے کہ میرے والدین دنیا کے ہر انسان سے بہتر ہیں اب آپ سوچیے کہ آپ کے کسی ملنے والے نے دروازے پر دستک دی' آپ ملاقات کے موڈ میں نہیں ہیں' آپ نے بچے کو اپنے پاس بلایا اور چپکے سے کہا کہ جاؤ جاکر کہہ دو کہ ابو گھر پر نہیں ہیں۔ بچے نے یہ بات دستک دینے والے سے کہہ دی اور آپ نے بھی اسے کوئی اہمیت نہ دی مگر آپ کے بچے کا ذہن جھنجھنا اٹھا وہ سمجھ نہیں پایا کہ ابو گھر میں ہیں مگر پھر بھی انہوں نے کیوں کہلوایا کہ ابو گھر پر نہیں ہیں۔ یہیں سے بچے میں جھوٹ بولنے کا آغاز ہوتا ہے۔ وہ سمجھ جاتا ہے کہ جھوٹ بول کر ہر آدمی اپنے آپ کو بچا سکتا ہے۔ یہیں سے جرم کرنے کی ابتدا ہوتی ہے اور بغاوت کا بیج بویا جاتا ہے۔ اس لیے والدین کی ذمے داری ہے کہ وہ اپنے معاشرتی فرائض کو بہتر طور پر انجام دیں تاکہ بچہ بھی معاشرتی فرائض کی ادائیگی سے واقف ہو سکے۔ احباب اور مہمانوں کی خاطر مدارات' رشتے دار اور پڑوسیوں کے ساتھ حسن سلوک' گفتگو و مجلس کے آداب' کھانے پینے کے اسلامی طور طریقے آپ کی دیکھا دیکھی بچے از خود اختیار کر لیتے ہیں۔

گھر کے ماحول کو نہایت صاف ستھرا اور خوش گوار رکھیے۔ میاں بیوی کی باہمی رنجش' ساس بہو کے جھگڑے سے بچے کی اجتماعی زندگی پر نہایت غلط اثر پڑ سکتا ہے اور اس کی معاشرتی نااہلی میں اضافے کا شدید خطرہ ہو سکتا ہے۔

بچے کی جذباتی ضرورتوں کو سمجھیے اور انہیں مناسب طور پر پورا کرنے کی کوشش کیجیے۔ بچے کی عمر کے ادوار کے لحاظ سے اس کے فطری تقاضوں کو سمجھیے اور مختلف ادوار میں اسے ایسے کام سونپیے جو اس کی جسمانی اور ذہنی سطح کے مطابق ہوں تاکہ

بچے میں اپنے معاشرتی فرض اور مقام کو پہچاننے کی صلاحیت پیدا ہوسکے اور متوازن بالغ زندگی گزارنے کے لیے اپنے کو تیار کرسکے۔

بچوں کی معاشرتی تربیت میں جہاں "سنجیدہ کوشش" کا ایک بڑا مقام ہے' وہیں بڑی آسانی سے بعض خامیوں کو ہنسی مذاق' مزاح و شگفتہ کلامی اور بعض طفلانہ طریقوں سے دور کیا جاسکتا ہے۔ تربیت کے امکان کو حتی الامکان دل چسپ اور انوکھا بنانا چاہیے۔ بڑوں اور بچوں کے طریقے میں نمایاں فرق کو ملحوظ رکھنا چاہیے۔ محض خشک مواعظ بچے پر زیادہ اچھا اثر نہیں ڈالتے اور نہ بچے پر اپنے نظریات اور ذاتی الجھنوں کو زبردستی تھوپنا چاہیے۔

بچوں کی معاشرتی تربیت میں اچھے کھیلوں کا اہم رول ہے۔ بچے کو گندی گلیاں اور غلط بچوں کے ساتھ کھیلنے کے بجائے سیرو تفریح اور کھیل کود کے لیے پر فضا جگہوں اور اچھے ساتھیوں کی فراہمی ضروری ہے۔ بچوں کے تفریحی کیمپوں' صاف ستھرے کلبوں' کھیلوں کے مقابلوں' گائیڈ نگ' اسکاؤ ٹنگ اور کھیلوں کے انتظامی اداروں سے وابستہ ہو کر بچے دوسروں کو سمجھنے اور معاشرتی ذمے داریوں کو نبھانے کی تربیت حاصل کرتے ہیں۔

بچوں کو دوسروں کے حقوق بتایئے مثلاً والدین کے حقوق' پڑوسیوں کے حقوق' رشتے داروں کے حقوق' بڑوں کے حقوق' استاذ کے حقوق وغیرہ اور ان حقوق کی ادائی کی طرف انہیں رغبت دلایئے اور ان کی نگرانی کرتے رہیے کہ وہ کسی کی حق تلفی تو نہیں کررہے ہیں۔

بچوں کو کامیاب زندگی گزارنے کے گر بتایئے۔ ملاقات کے آداب' چلنے پھرنے کے آداب' مجلس کے آداب وغیرہ سکھلایئے تاکہ بچے معاشرتی طور پر مہذب زندگی بسر کرسکیں۔

زندگی میں پیش آنے والے معاملات سے نمٹنے' مختلف ذمے داریوں کو ادا

کرنے، نشیب و فراز کو سمجھنے اور ان سے کامیابی کے ساتھ گزرنے کے اصول بتایئے اور انہیں عملی تجربات سے گزاریئے۔ ان کے سامنے کامیاب سماجی عملی زندگی کا نمونہ پیش کیجیے۔ خوش اخلاقی، وضع داری، کسرِ انکساری، عفوودرگزر کے جذبات پروان چڑھا کر کامیاب اجتماعی زندگی گزارنے کا عادی بنایئے۔

ذہنی تربیت

اللہ نے انسان کو جس وجہ سے تمام مخلوقات پر فضیلت بخشی ہے وہ ذہن و دماغ اور خیرو شر میں تمیز کرنے کی قوت ہے۔ بچے کی ذہنی صلاحیتوں کو پروان چڑھانا بھی والدین اور اساتذہ کی ذمے داری ہے۔ اگرچہ ہر آدمی کے دماغ کی ساخت الگ الگ ہوتی ہے اور اس میں زیادہ تغیرو تبدل کی گنجایش نہیں ہوتی، مگر غورو فکر اور مختلف ذرائع سے ذہنی صلاحیتوں کو جلا ضرور بخشی جاسکتی ہے۔

ذہن و دماغ کی تربیت کے بغیر انسانی زندگی کی گاڑی ایک لمحے کے لیے بھی آگے نہیں بڑھ سکتی۔ سوچیے اگر سابقہ تجربات یاد نہ رہیں، اپنے متعلقین اور رشتے داروں کی شکلیں ذہن سے محو ہوجائیں، آنے جانے کے راستے، مدرسہ و مسجد اور مکانات کے نقشے ذہن میں باقی نہ رہیں اور جو چیز بھی یاد کریں، بھول جائیں تو ہماری زندگی دوبھر ہوجائے گی۔ بچے کی ذہنی صلاحیتوں کی تربیت کے سلسلے میں اختصار سے چند باتیں سپردِ قلم کی جاتی ہیں۔

بچہ جب اپنے ذہن کو کام میں لارہا ہو یا اپنے ذہن سے کچھ تجربات کررہا ہو تو اس کو نہ چھیڑیے۔ مثال کے طور پر بچے نے دیکھا کہ اس کی امی نے دو تین رنگ ملا کر اپنا دوپٹہ رنگا ہے۔ اب بچہ رنگوں کی پڑیاں کھول کر پانی میں دو تین رنگ ملاتا ہے، تو آپ اس پر برس نہ پڑیں، اس لیے کہ وہ جان بوجھ کر اپنا نقصان نہیں کررہا ہے بلکہ اس کا ذہن بھی وہی تجربہ کرنا چاہتا ہے، جو اس کی ماں نے ابھی ابھی عملی طور پر کیا تھا۔

اس طرح کے موقعوں پر تھوڑے بہت مالی نقصان کو نظرانداز کر دیجیے اور بچے کی ذہنی صلاحیتوں کو پروان چڑھنے دیجیے۔

مختلف انداز کے سوالات پوچھ کر غور و فکر کا موقع دیجیے مثلاً بچے سے سوال کیجیے کہ ایک بچہ ایک آنکھ سے ایک میل دیکھتا ہے تو دو آنکھوں سے کتنے میل دیکھے گا؟ بچہ فوراً کہے گا "دو میل" اب آپ بچے سے اگلا سوال کیجیے کہ ایک آنکھ سے ایک قلم دیکھتا ہے تو دو آنکھوں سے کتنے قلم دیکھے گا۔ اب بچہ اپنے سوال کا صحیح جواب سمجھ جائے گا۔ اگر بچہ کہے کہ دو قلم دیکھے گا تو ایک قلم ہاتھ میں لے لیجیے اور بچے کی ایک آنکھ بند کرکے پوچھیے "بتاؤ کتنے قلم ہیں" بچہ کہے گا "ایک قلم" اب اس کی دوسری آنکھ کھول دیجیے اور پوچھیے کہ بتاؤ اب کتنے قلم نظر آرہے ہیں۔ بچہ کہے گا "ایک" اب بچہ خود سمجھ جائے گا کہ ایک آنکھ یا دو آنکھ سے فاصلہ یا عدد پر کوئی فرق نہیں پڑتا۔ اس طرح کے سوالات میں عمر کا ضرور خیال رکھا جائے۔ بچے سے مختلف سوال پوچھ کر اسے سوچنے کا موقع دیجیے۔

اسی طرح پہیلیاں سنائیے اور انہیں حل کرنے کا موقع دیجیے۔ پہیلیاں بوجھنے میں آپ اس کی تھوڑی بہت رہ نمائی ضرور کریں۔ کچھ اتا پتا بتادیں۔ اشاروں اور مختلف طریقوں سے اسے جواب کے قریب لے جائیں۔ اگر وہ پہیلی کا جواب نہ دے سکے' تو سوچنے کے لیے تھوڑا سا وقفہ اور دیں' پھر بھی نہ بتا سکے' تو آپ جواب بتادیں۔ جواب سن کر اسے اپنے ذہن کا ایک نیا گوشہ کھلتا ہوا محسوس ہوگا۔ ایسا کبھی نہ کیجیے کہ آپ پہیلی سنائیں اور اگر وہ بوجھ نہ پائے تو آپ اس کا جواب ہی نہ بتائیں۔ اس سے بچے میں ناکامی کا احساس جڑ پکڑتا ہے۔ اسی طرح ایسا بھی نہ کیجیے کہ پہیلی سناتے ہی فوراً جواب بھی بتادیں۔ اس سے بچے کو اپنے ذہن کو کام میں لانے کا موقع نہیں ملتا اور بچے کا ذہن سست اور ناکارہ ہو جاتا ہے۔

شادی بیاہ' تیوہاروں اور دوسری تقریبات کے موقعوں پر ان کی عمر کے لحاظ

سے بعض انتظامی امور ان کے سپرد کیجیے' بعض معاملات میں ان سے مشورہ لیجیے' ان کے مسائل میں آپ خود ان کو مفید مشورہ دیجیے۔

نئی چیز کو ذہن نشین کرانے کے لیے یاد کی ہوئی چیز سے مشابہت دے کر یا اس سے مربوط کر کے یاد کرا دیجیے تاکہ بچے کو وہ چیز بھی یاد رہے اور خود اس میں ربط و مماثلت پیدا کرنے کی صلاحیت بھی پروان چڑھے مثلاً زراف کے بارے میں بچے کو معلومات دینی ہو تو ان کو اونٹ سے مشابہت کے ذریعے بچے کو زراف کے بارے میں بتائیے۔ اب جب بھی زراف کا تذکرہ آئے گا' تو بچے کے ذہن میں وہ یاد تازہ ہو جائے گی۔

بچے کا شعوری دائرہ بہت تنگ ہوتا ہے۔ اس لیے زیادہ باتیں یا چیزیں بیک وقت بچے کو نہ بتائی جائیں کیوں کہ اس سے بچہ آزمائش میں پڑ جائے گا۔ یا ذہنی انتشار کا شکار ہو جائے گا۔

تکان' پریشانی' جھنجلاہٹ یا بیماری کی حالت میں بچے کے ذہن پر کسی قسم کا دباؤ نہ ڈالیے۔ نہ اسے کچھ سیکھنے سکھانے ہی پر مجبور کیجیے۔

مسلسل ذہن کو کام میں لگانا بھی مناسب نہیں ہے۔ ذہن کو آرام دینا اور مختلف ذہنی ورزشوں کے درمیان مناسب وقفے کا اہتمام کرنا بھی ضروری ہے۔

کبھی بچے سے یہ نہ کہیے کہ تجھ میں تو عقل ہی نہیں تو بڑا گدھا ہے۔ بالکل بے وقوف ہے۔ اس طرح کے جملوں سے اسے اپنی کم عقلی کا احساس ہو گا اور وہ غور و فکر کرنا چھوڑ دے گا۔

مختلف دعائیں' نظمیں' ادبی شہ پارے یاد کرائیے بغیر دیکھے انہیں سنیے ان کا اعادہ بھی ہوتا رہے۔

ذہن سازی کے لیے ایک مناسب طریقہ یہ ہے کہ آپ تدریج و ترتیب کو ملحوظ رکھیں۔ مثال کے طور پر آپ روزانہ ایک لفظ کے معنی یاد کرائیں ایک ہفتے تک یہی معمول رکھیں پھر روزانہ دو الفاظ کے معانی پندرہ دن تک یاد کرائیں پھر تین الفاظ

کے معانی۔

بچوں کے ذہنی ارتقا کے لیے یہ بھی ضروری ہے کہ انہیں نشہ آور چیزوں سے دور رکھا جائے کیوں کہ نشہ آور چیزیں بچوں کے ذہن و فکر اور عقل و دماغ پر برا اثر ڈالتی ہیں۔ بچوں کو ایسا پاکیزہ ماحول فراہم کیجیے جس میں صحت مندانہ فکر و ذہن نشو و نما پا سکے۔ گندے یا پراگندہ ماحول میں بچوں کے اذہان تعمیری رخ اختیار نہیں کر سکتے۔

بچوں کی عمر و استعداد کا لحاظ کرتے ہوئے پاکیزہ رسائل اور تعمیری لٹریچر فراہم کیجیے۔ درسی کتب کے علاوہ غیر درسی کتابوں کا بھی مطالعہ کرایئے تاکہ بچوں کو وافر معلومات بھی حاصل ہوں اور ان کا ذہن اخذ و استفادے کا عادی بھی بنے۔ اس سے بچوں کی نہ صرف علمی صلاحیت بڑھے گی بلکہ ان کے ذہن کو جلا بھی ملے گی۔

حسی تربیت

ہر انسان میں محسوس کرنے کی درج ذیل پانچ قوتیں ودیعت کی گئی ہیں، انہیں "حواس خمسہ" کہا جاتا ہے:

(۱) دیکھنے کی حس (قوت باصرہ)

(۲) سننے کی حس (قوت سامعہ)

(۳) سونگھنے کی حس (قوت شامہ)

(۴) چکھنے کی حس (قوت ذائقہ)

(۵) چھونے کی حس (قوت لامسہ)

بچے میں یہ سب حواس پائے جاتے ہیں۔ وہ لال، پیلے، نیلے رنگ دیکھ کر خوش ہوتا ہے۔ بعض اوقات رنگ برنگ کے بے مقصد کنکر اور پتھر اپنی جیب میں بھر لیتا ہے اور انہیں بار بار دیکھ کر اپنی قوت باصرہ کو تسکین پہنچاتا ہے۔ اگر آپ اپنے بچے کو سر ساحل ٹہلانے لے جائیں تو وہ اپنی جیبیں لال پیلے نیلے شیشوں اور سیپوں کے عجیب

و غریب ٹکڑوں سے بھر کر بڑا فخر محسوس کرتا ہے اور انہیں اپنے لیے بہت بڑا خزانہ سمجھتا ہے۔

دیکھنے کی طرح بچہ سنتا بھی ہے۔ وہ آپ کے موٹر کی آواز سن کر بول اٹھتا ہے۔ "پاپا آگئے" اگر آپ کے دوست دروازے پر آپ کو آواز دیں تو بچہ آواز سن کر پکار اٹھتا ہے "چچا جان آگئے"۔

بچے کی قوت ذائقہ اس کو ہر چیز کے چکھنے پر آمادہ کرتی ہے۔ جو چیز بھی اس کے ہاتھ لگتی ہے وہ اسے منہ میں رکھنے کی کوشش کرتا ہے۔ اگر وہ چیز کڑوی ہو تو بچہ اسے فوراً پھینک دیتا ہے اور اگر وہ چیز میٹھی ہے یا خوش ذائقہ ہوتی ہے تو بچہ اسے چوس کر محظوظ ہوتا رہتا ہے۔

آپ نے یہ بھی دیکھا ہو گا کہ تین چار سال کے بچے کو آپ نے کوئی نئی چیز لا کر دی تو بچہ اسے خوب ٹٹولتا ہے۔ اس پر ہاتھ پھیرتا ہے اس کی سختی اور نرمی کا اندازہ لگاتا ہے پھر ناک کے قریب لے جاتا ہے اور سونگھنے کی کوشش کرتا ہے یہی بچے کی قوت لامسہ اور قوت شامہ کا اظہار ہے۔

بچے کے یہ احساسات ناقص اور ادھورے ہوتے ہیں۔ آپ اپنی توجہ اور نگہ داشت سے بچوں کے احساسات کو پاکیزہ اور معیاری بنانے کی کوشش کیجیے۔ بچوں کو اپنے احساسات پر بھروسا اور اعتماد کرنا سکھائیے۔ بچوں کو اپنے احساسات کے اظہار کا موقع دیجیے۔ دیکھا گیا ہے کہ بچے نے کوئی چیز ہاتھ میں لے کر سونگھنا چاہا تو امی دیکھتے ہی دہاڑ پڑیں۔ بڑا گندا ہے! غلیظ کہیں کا! کوئی تمیز نہیں! بچے نے ڈر کے مارے وہ چیز سونگھے بغیر پھینک دی اور پھر کسی بھی چیز کو سونگھنے کی ہمت نہ کی۔ اس طرح بچہ اپنے احساسات پر بھروسا کرنا چھوڑ دیتا ہے۔ پھر وہ اس تلاش میں رہتا ہے کہ اسے کوئی یہ بتائے کہ اس چیز کا مزا کیسا ہے۔ اس کی بو اچھی ہے یا خراب؟ آپ نے بہت سے ایسے بچوں کو دیکھا ہو گا کہ دس گیارہ سال کی عمر تک انہیں غلاظت اور نفاست

کے درمیان تمیز نہیں ہوپاتی کیوں کہ انھیں یا تو اپنے احساسات کے اظہار کا موقع نہیں ملا ہوتا ہے یا پھر ان کے احساسات پر دوسروں کی حکمرانی چلتی رہی ہے۔

اگر آپ کا بچہ کوئی گندی چیز ہاتھ میں لے کر اسے سونگھتا ہے تو آپ محبت سے وہ چیز اس کے ہاتھ سے لے لیں اور اس کی جگہ پھول' عطر کا پھاہیہ یا کوئی خوش بودار چیز بچے کو سونگھنے کے لیے دے دیں۔ اس سے بچے کی قوت شامہ بھی پروان چڑھے گی اور اس کو تعمیری رخ بھی ملے گا۔

اگر بچہ رنگ برنگ کی جا و بے جا چیزیں جمع کر رہا ہے تو آپ انہیں چھین کر پھینک نہ دیں بلکہ وجہ انتخاب بچے سے معلوم کریں۔ اگر بچہ یہ بتائے کہ اسے کانچ کا یہ سرخ ٹکڑا اس لیے پسند ہے کہ اس میں دیکھنے سے اسے ہر چیز سرخ دکھائی دیتی ہے تو آپ سلیقے سے تراشا ہوا سرخ شیشہ فراہم کردیں۔ اگر بچہ کوئی بھونڈا قسم کا کھلونا پسند کرکے لے آیا ہے تو آپ اسی انداز کا بہترین قسم کا کھلونا فراہم کردیں اس طرح آپ کے بچے کے احساسات کی نشوونما تعمیری رخ پر انجام پاسکے گی۔

آپ کا بچہ کسی چیز کو دیکھ کر اگر اسے ہاتھ میں لے کر ٹٹولتا ہے۔ اسے سونگھتا ہے اور اس کے بارے میں از خود معلومات حاصل کرنا چاہتا ہے تو وہ چیز جھڑک کر بچے کے ہاتھ سے چھین نہ لیجیے کیوں کہ وہ چیز کتنی بھی قیمتی ہو بچہ یا بچے کے احساسات سے قیمتی نہیں ہے۔ بچے کو اطمینان حاصل کرلینے دیجیے یا خود اس کی تشنگی دور کرکے اس کے احساسات کی تکمیل کیجیے۔

احساسات اگر پاکیزہ ہوں گے تو بچے کے جذبات بھی پاکیزہ ہوں گے اور اگر احساسات میں تلخی ہوگی تو بچہ جذباتی طور پر چڑچڑا ہوجائے گا۔ احساسات بہت قیمتی ہوتے ہیں۔ تعلیمی وفنی' ذہنی واخلاقی ہر موقع پر کام آنے والی صلاحیت دراصل احساسات ہی سے تشکیل پاتی ہے' اس لیے احساسات کی پاکیزہ تربیت کا بھرپور اہتمام کیجیے۔

مربی اعظم حضرت محمدؐ خود بھی بلند وپاکیزہ احساسات کے حامل تھے اور دوسروں

کے احساسات کا بھی بھرپور خیال فرماتے تھے۔ آپؐ نے فرمایا کہ اگر کوئی شخص پھل وغیرہ کھائے تو اس کے چھلکے ایسی جگہ نہ ڈالے کہ پڑوسی کے بچوں کی نظر ان پر پڑے اور ان بچوں کے والدین پھل خریدنے کی استطاعت نہ رکھتے ہوں۔ اس لیے کہ اس صورت میں ان کے بچوں کے احساسات کو تکلیف پہنچے گی۔

جذباتی و جبلی تربیت

بچپن کی جذباتی تربیت انسان کے کردار پر بڑے مفید اور دور رس اثرات ڈالتی ہے۔ بچپن میں جذبات کی اگر صحیح تربیت ہو جائے اور بچے کی جبلتوں کو صحیح رہ نمائی مل جائے تو بچے میں بہترین کردار پروان چڑھتا ہے۔ ہر بچہ جب جوان ہوتا ہے تو بہترین شہری اور عمدہ اخلاق و اوصاف کا حامل ہوتا ہے۔ اس کی زندگی میں بے راہ روی کے بجائے اعتدال ہوتا ہے۔ تلون مزاجی کے بجائے صبر و استقلال پایا جاتا ہے۔

اگر بچے کی جبلتوں کو نہ سمجھا جائے' اس کے جذبات کا پاس و لحاظ نہ کیا جائے' تو بچے کی سیرت میں طرح طرح کی خامیاں اور خرابیاں پیدا ہو جاتی ہیں اور ایسا بچہ بڑا ہو کر بگڑا ہوا انسان ہوتا ہے جو گھر کے لیے ایک بوجھ' معاشرے کے لیے ایک مصیبت اور ملک و ملت کے لیے بدنما داغ ہوتا ہے۔ اس لیے بچوں کی جذباتی و جبلی تربیت پر خصوصی توجہ دینے کی ضرورت ہے۔

جذبہ و جبلت : جذباتی و جبلی تربیت کے لیے جذبہ و جبلت کے بارے میں وافر علم کا ہونا ضروری ہے۔ دراصل جبلت اور جذبے کا چولی دامن کا ساتھ ہے۔ بچے کو بھوک لگتی ہے' وہ اپنی بھوک مٹانے کے لیے ادھر ادھر ہاتھ پیر مارتا ہے۔ ماں کے پستان تلاش کرتا ہے' اگر اسے دودھ نہ ملے تو رونے لگتا ہے تاکہ ماں رونے کی آواز سن کر اسے دودھ پلا دے۔ بھوک ایک جذبہ ہے اور اسے مٹانے کے لیے غذا تلاش

کرنا انسان کی جبلت ہے۔ دراصل جبلت وہ فطری خواہش اور داعیہ ہے جو انسان میں پیدائشی طور پر پایا جاتا ہے اور جذبہ اس شدید تاثر کو کہتے ہیں جو انسان کے ذہن و دماغ پر اثر ڈالتا ہے۔

آپ نے دیکھا ہوگا کہ کسی خوب صورت چیز کو دیکھ کر بچہ خوش ہوتا ہے۔ اس کی طرف لپکتا ہے اور اگر کوئی دھماکا ہوتا ہے' تو وہ چونک پڑتا ہے اگر آپ اس کی پسند کی چیز اس کے ہاتھ سے چھین لیں تو وہ رونے لگتا ہے اور اس طرح وہ اپنے رنج کا اظہار کرتا ہے۔ یہ سب بچے کے جذبات ہیں۔ خوشی' خوف اور رنج وغیرہ کا دوسرا نام ہی جذبہ ہے۔ جذبات ہر انسان کے اندر پائے جاتے ہیں۔ ان میں کمی و بیشی ہو سکتی ہے' لیکن کوئی انسان بھی دنیا میں ایسا نہیں ہے' جو جذبات سے بالکل خالی ہو۔

جبلت کی خاصیتیں : رینگنا بچے کی جبلت ہے۔ جب وہ اپنے اندر رینگنے کی صلاحیت پاتا ہے تو رینگنا شروع کر دیتا ہے اور جیسے جیسے اس کی طاقت بڑھتی جاتی ہے تو اس کے رینگنے سے کام نہیں چل سکتا بلکہ اسے قدموں کے بل چلنا چاہیے۔ چناں چہ آہستہ آہستہ چلنا شروع کر دیتا ہے' آپ نے دیکھا ہوگا کہ بڑی عمر والے انسان کو اگر کسی دشوار گزار راستے سے گزرنا ہو یا کسی اونچائی پر چڑھنا ہو تو وہ پنجوں کے بل چل کر یا رینگ کر اس مرحلے کو طے کرتا ہے گویا یہ جبلی بازگشت ہوتی ہے جو طویل وقفے کے بعد ظہور پزیر ہوتی ہے۔

جبلت ہر انسان میں پائی جاتی ہے۔ البتہ کمی و بیشی یا شدت و خفت کے لحاظ سے فرق ہوتا ہے۔ کوئی جبلت کسی انسان میں شدید ہوتی ہے جب کہ وہی جبلت دوسرے انسان میں اتنی طاقت ور نہیں ہوتی۔

ضروری نہیں کہ جبلتوں کے ظہور کی شکلیں اور صورتیں بھی یکساں ہوں۔ جبلتوں کے بروئے کار آنے کی صورتوں میں کافی اختلاف ہو سکتا ہے۔ اسی طرح

جبلتیں بلا ضرورت بروے کار نہیں آتیں۔ جب کوئی محرک ہو گا تو جبلت روبہ عمل آئے گی۔ کوئی خوف ناک چیز سامنے آئے گی تبھی بچہ ڈرے گا۔ آگ کو کھلونا سمجھ کر بچہ اسے ہاتھ میں لے گا' تو ہاتھ جل جائے گا اور پھر بچہ کبھی آگ کو ہاتھ نہ لگائے گا۔ بچہ اسی وقت حیرت میں پڑے گا جب کوئی عجوبہ اس کے سامنے آئے گا۔ مطلب یہ ہے کہ بچے کی جانب سے ڈر' فرار اور حیرت کا اظہار اسی وقت ہو گا جب کوئی محرک پایا جائے گا۔

عمر اور ماحول کے اثر سے جبلتوں کی قوت میں کمی و بیشی ہوتی رہتی ہے اسی طرح تمام جبلتیں بیک وقت نمودار نہیں ہوتیں' بلکہ ضرورتوں کے تحت جبلتوں کا اظہار ہوتا ہے۔ پہلے وہ جبلتیں بروے کار آتی ہیں' جن کا تعلق بچے کی اپنی ذات سے ہوتا ہے' جس میں سب سے مقدم غذا کی تلاش ہے' حصول غذا کے بعد پکڑنے' رینگنے' بیٹھنے' چلنے پھرنے کی جبلتیں روبہ عمل آتی ہیں۔ ذاتی جبلتوں کے بعد وہ جبلتیں ظہور پزیر ہوتی ہیں' جن کا اجتماعیت اور سماج سے تعلق ہوتا ہے۔ اگر کسی جبلت کے ظاہر ہونے اور قوی ہونے کے وقت اس کو نظرانداز کردیا جائے اور اس جبلت سے کوئی کام نہ لیا جائے تو وہ جبلت کم زور یا معدوم ہو جاتی ہے اور بچہ کج روی کا شکار ہو جاتا ہے۔

اگر آپ بچوں کے جبلی تقاضے پورے کریں گے تو انہیں مسرت و خوشی حاصل ہوگی اور اگر بچوں کی جبلی ضرورتوں کو نظرانداز کردیا جائے تو ان میں مایوسی' بے چینی اور چڑچڑاہٹ جیسی بری عادتیں جنم لے لیں گی۔

جذبے کی خاصیتیں : جبلتوں کی طرح سب کے جذبات بھی یکساں نہیں ہوتے' بلکہ مختلف افراد کے جذبات میں نمایاں فرق پایا جاتا ہے۔ ایک شخص کی موت پر کوئی دہاڑیں مار کر روتا ہے' کوئی صرف آنسو بہا کر رہ جاتا ہے' کوئی لاش کو دیکھ کر آگے

بڑھ جاتا ہے اور دشمن خوشی و اطمینان حاصل کرتا ہے۔ اسی طرح جذبات کے اظہار کی شکلیں بھی مختلف ہوتی ہیں۔ مثلاً غصے میں کوئی بچہ پھول کر لیٹ جاتا ہے' کوئی بچہ کسی کو نوچنے لگتا ہے' کوئی بچہ اپنا سر پٹخنے لگتا ہے اور کوئی بچہ رونے لگتا ہے۔

جذبات کی ایک خصوصیت یہ بھی ہے کہ یہ متعدی ہوتے ہیں۔ کسی کو غم زدہ دیکھ کر دوسرا بھی غم زدہ ہو جاتا ہے۔ ایک کے قہقہے سے دوسرے بھی ہنسنے لگتے ہیں ایک فرد کے مشتعل ہو جانے پر دوسرا بھی مشتعل ہو جاتا ہے۔

جذبات کی نوعیت بڑی مختلف ہوتی ہے۔ یہ معمولی سی بات پر بھی بھڑک سکتے ہیں اور کسی اہم بات پر خاموش بھی رہ سکتے ہیں۔ ایک روپے پر جھگڑا ہو جانا' ہزاروں کے نقصان کو برداشت کرلینا' معمولی سی بات پر قتل و غارت گری کی نوبت آجانا' غیر معمولی بات کو ہنسی خوشی کے ساتھ برداشت کرلینا' مذاق مذاق میں زندگی بھر کے لیے تعلقات منقطع ہو جانا' لڑائی بھڑائی کے بعد بھی تعلقات قائم رہنا وغیرہ مثالوں سے جذبات کی نوعیت کا اختلاف واضح ہو جاتا ہے۔

اگر جذبات دیر تک قائم رہیں یا بار بار طاری ہوں تو یہ عادت کے موجب ہو جاتے ہیں مثلاً ایک شخص پر بہت دیر تک غصے کے جذبات طاری رہیں یا اس کے غصے کو بار بار بھڑکنے کا موقع ملے' تو ایسا شخص غصیلا ہو جاتا ہے۔ کسی فرد کو مسلسل چھیڑا جائے بار بار چھیڑا جائے تو وہ چڑچڑا ہو جاتا ہے۔ مسلسل بار بار کی ناکامی کے نتیجے میں انسان مایوس اور مسلسل بار بار کی کامیابی کے نتیجے میں انسان رجائیت پسند ہو جاتا ہے۔

جبلتوں اور جذبات کی تربیت : انسان کی جبلتوں اور جذبات میں بڑی لچک رکھی گئی ہے۔ تجربہ و مشاہدہ' تعلیم و تربیت اور غور و فکر کے نتیجے میں ان میں کمی و بیشی اور تغیر و تبدل کا بھرپور امکان رہتا ہے۔ اس لیے بچوں کی تربیت و نگہ داشت

کے ذریعے بچوں کے جذبات کو تعمیری رخ آسانی سے دیا جاسکتا ہے۔

بچوں کی جذباتی و جبلی تربیت میں لگے بندھے طریقے متعینہ اصول اور سکہ بند ہدایات سے کام نہیں چلتا بلکہ ہر بچے کے مزاج کا تجزیہ کرکے اس کے لیے مناسب طریقہ تجویز کرنا ضروری ہے۔ لگے بندھے طریقوں سے کبھی بھی بہتر تربیت کا کام انجام نہیں پاسکتا۔ والدین اور اساتذہ کی یہ ذمے داری قرار پاتی ہے کہ وہ ہر بچے کا بغور انفرادی مطالعہ کریں' اس کی جذباتی بے اعتدالیوں کو سمجھیں' ان کے حقیقی اسباب کا پتا لگائیں اور پھر حکمت سے انہیں دور کرنے کی کوشش کریں۔

بچوں کی بے اعتدالی پر ناراض ہوکر اس کو نہ جسمانی سزا دیں اور نہ جھڑکیں' بلکہ نہایت شفقت بھرے لہجے میں اسے سمجھائیں۔ بچے کو کسی دوسرے کی موجودگی میں ہرگز نہ ڈانٹیں' اس سے بچے میں جرم کرنے کا جذبہ مزید پروان چڑھتا ہے۔

بچے کی جائز خواہشیں حتی الامکان پوری کرنے کی کوشش کیجیے۔ البتہ جب آپ دیکھیں کہ خواہشیں ناجائز رخ اختیار کررہی ہیں تو نہایت حکمت و تدبیر سے ان پر بند لگانے کی کوشش کیجیے اگر آپ محسوس کریں کہ سزا دینا ناگزیر ہوگیا ہے تو بہت سوچ سمجھ کر سزا دیجیے مگر حسن سلوک وغیرہ سے اس کی تلافی بھی کردیجیے۔

جذباتی و جبلی تربیت کے لیے یہ خوش گوار ماحول فراہم کیجیے' اچھے ہم جولی' بہترین تعلیم گاہ' کھیل اور تفریح کا ضروری سامان' متعلقین کا شفقت بھرا برتاؤ' بچوں کی بہتر نشوونما کے لیے ضروری ہے۔ اپنے بچے کے لیے اچھے دوستوں کا انتخاب کیجیے۔ اس کے دوستوں کی آمد پر ان کی تکریم کا اہتمام کیجیے کبھی کبھی انہیں کھانے پر مدعو کیجیے۔ بہن بھائیوں کو آپس میں میل محبت سے رہنے' کھانے پینے اور کھیلنے کودنے کے مواقع فراہم کیجیے۔ کبھی کبھی بچے کو اپنے دوستوں اور رشتے داروں کے یہاں اپنے ہم راہ لے جایئے۔

گھر' مدرسہ اور قرب و جوار کے ماحول کو صاف ستھرا رکھیے۔ سامان نہایت

سلیقے سے ترتیب دیجیے۔ بات چیت میں شائستگی' باہمی تعلقات میں خوش گواری کا اہتمام کیجیے۔ آپس کی بدمزگی اور تعلقات کی ناخوش گواری بچے میں دشمنی و بغاوت اور نفرت و کدورت کے جذبات پروان چڑھاتی ہے۔

جذبات میں پاکیزگی و بلندی پیدا کرنے کے لیے انہیں معیاری شخصیتوں کے نصیحت آموز اور دل چسپ واقعات سنائیے' اچھے اشعار اور اصلاحی کہانیوں سے ان کے ذوق لطیف کو نکھاریئے' غلط باتوں سے نفرت اور حق سے محبت کرنے کی خو پیدا کیجیے۔

اگر آپ یہ محسوس کریں کہ بچے کی بے اعتدالی کا سبب اس کی جسمانی کم زوری یا صحت کی خرابی ہے تو فوراً اس کے معالجے کی طرف توجہ فرمایئے اور اس کی جسمانی نشوونما پر توجہ دیجیے۔ خراب صحت کی موجودگی میں آپ بچے کے اندر صحت مند و پاکیزہ جذبات کو پروان نہیں چڑھا سکتے۔

جنسی تربیت

جنسی خواہش ہر انسان میں ودیعت کی گئی ہے اور یہ بہت طاقت ور جبلت ہے۔ اگر انسان یا معاشرہ اس بے پناہ قوت کو قابو میں نہ رکھ سکے' تو وہ بہیمیت بلکہ دیوانگی کے درجے تک پہنچ جاتا ہے۔ اگر انسان کو صحیح جنسی شعور حاصل ہو جائے تو معاشرہ جنت نشاں بن جاتا ہے۔ اگر آپ خانگی جھگڑوں' اجڑے ہوئے گھروں' بے شمار ذہنی و جسمانی بیماریوں' زندگی کی تباہ کن افسردگیوں کے اسباب کا گہرائی سے پتا لگائیں تو ان کی تہ میں جنسی بے شعوری یا جنسی بے راہ روی کار فرما پائیں گے۔

ہر بچے میں تجسس کا فطری جذبہ موجود رہتا ہے۔ وہ ہر چیز کی حقیقت معلوم کرنے کی کوشش میں رہتا ہے۔ یہ کیوں ہے؟ کیسے ہے؟ کس لیے ہے؟ تلاش و جستجو کا یہی جذبہ جنسی امور میں بھی کار فرما ہوتا ہے۔ وہ دیکھتا ہے کہ "منی" کے بڑے بڑے بال رکھے

جاتے ہیں مگر اس کے بال نائی سے کتروا دیے جاتے ہیں۔ ''منی'' کو پہننے کے لیے شلوار دی جاتی ہے اور اسے پاجامہ پہنایا جاتا ہے' اگر لڑکا بھی منی کی طرح آٹا لے کر اسے بیلتا ہے' تو اس سے کہا جاتا ہے کہ یہ تم کیا کر رہے ہو؟ یہ تو لڑکیوں کے کام ہیں' اس قسم کی باتیں دیکھ کر اور سن کر بچہ عجیب الجھن میں پڑ جاتا ہے۔ وہ سوچتا ہے کہ یہ معاملہ کیا ہے؟ وہ لڑکا کیوں ہے؟ اور ''منی'' لڑکی کیوں ہے؟ پھر ختنے کا مرحلہ آتا ہے وہ سوچتا ہے ''منی'' کو بھی اس مصیبت سے دوچار ہونا پڑے گا مگر جب اس کی نظر اس بات کو واضح کر دیتی ہے کہ منی کو ختنے کرانے کی ضرورت ہی نہیں پڑے گی' تو اس کا تجسس بڑھ جاتا ہے اور وہ ایک نئی الجھن کا شکار ہو جاتا ہے۔ وہ جب ماں اور باپ کی چھاتیوں کے درمیان نمایاں فرق دیکھتا ہے تو اس کی سمجھ میں کچھ نہیں آتا اور وہ سوالوں کی بوچھار کر دیتا ہے۔ وہ مرغی کو انڈے سیتا ہوا اور بچے نکالتا ہوا دیکھتا ہے مگر جب وہ بلی کے ساتھ اس کے بچے دیکھتا ہے تو اسے حیرت ہوتی ہے کہ یہ بچے بغیر انڈوں کے کہاں سے آگئے؟ جوں جوں بچے کی عمر بڑھتی رہتی ہے' اس کے جنسی محسوسات میں اضافہ ہوتا رہتا ہے اور اس کا جنسی تجسس بڑھتا رہتا ہے۔ بچے کے بالغ ہونے پر جنسی محسوسات اپنے شباب پر ہوتے ہیں۔ اگر بچے کو پہلے سے صحیح جنسی شعور ہے اور اس کی مناسب جنسی رہ نمائی کی گئی ہے تو اس ہیجانی دور میں وہ اعتدال کی روش پر قائم رہ سکتا ہے ورنہ صحیح جنسی شعور اور مناسب جنسی رہ نمائی نہ ملنے سے جنسی رجحانات غلط راہ اختیار کر کے بہت زیادہ ہیجان اور ابتری کا باعث بن جاتے ہیں۔

بچوں کے جنسی تجسس کو کچلنا' یا اس سلسلے میں غلط رہ نمائی دینا نہایت غیر حکیمانہ عمل ہے' جس کے برے نتائج کسی نہ کسی شکل میں ضرور سامنے آتے ہیں۔ اگر بچہ آپ سے کسی قسم کا سوال کرتا ہے اور پوچھتا ہے تو آپ اسے پوری طرح مطمئن کرنے کی کوشش کرتے ہیں' دنیا بھر کا علم اسے دینا چاہتے ہیں' مگر جب بچہ جنس کے بارے میں کوئی سوال کرتا ہے اور وہ پوچھتا ہے کہ ''منی'' کہاں سے ہمارے گھر آئی؟

اگر وہ دریافت کرتا ہے کہ ابو مجھے دودھ کیوں نہیں پلاتے ہیں؟ تو آپ جز بز ہو جاتے ہیں۔ بچے پر آپ کو بہت غصہ آتا ہے اور اسے جھڑک دیتے ہیں۔ "بہت بد تمیز ہو گیا ہے۔ معلوم ہوتا ہے کہ برے لڑکوں کے ساتھ رہنے لگا ہے"۔

آپ ذرا سنجیدگی سے سوچیے اس نے ایک بات محسوس کی' اپنی الجھن دور کرنے کے لیے آپ سے سوال کیا' آپ اگر اس کی الجھن دور نہیں کریں گے تو اس کی الجھن میں اضافہ ہوتا جائے گا۔ اگر وہ آپ کے خوف سے زبان بند کر لے تو وہ محوبالذات اور ذہنی الجھنوں میں گم رہنے کا عادی ہو جائے گا۔ پھر عزلت نشینی و نرگسیت پسندی اس کے اندر تباہ کن رجحانات کو پیدا کرنے کا باعث ہو گی۔ یا پھر وہ اپنی ذہنی الجھنوں کو محلے یا گلی کے ہم عمر ساتھیوں یا اپنے سے بڑے بچوں کے سامنے رکھے گا اور پھر اسے غلط رہ نمائی ملے گی جس کے نتیجے میں جنسی بے راہ روی کا سخت اندیشہ رہتا ہے۔ اس لیے بچے کو اپنے ذہن میں جنس سے متعلق پیدا ہونے والے سوالات کا اطمینان بخش جواب چاہیے۔

بچے جب جنسی مسائل سے متعلق کچھ پوچھتے ہیں تو ہمارے گھرانوں اور اسکولوں میں عموماً چار طریقے اختیار کیے جاتے ہیں :

(ا) بچے کو ڈانٹ ڈپٹ کر یا سزا دے کر بالکل خاموش کر دیا جاتا ہے۔ یہ ایک جاہلانہ رویہ ہے' جس کے بڑے خطرناک نتائج نکل سکتے ہیں۔ آپ خود سوچیے کہ جس چیز کے بارے میں آپ کو معلومات حاصل کرنے کا اشتیاق ہو اور آپ کو جھڑک دیا جائے تو آپ کا اشتیاق ختم نہیں ہو گا بلکہ اور بڑھ جائے گا۔ مثال کے طور پر آپ آفس میں داخل ہوئے۔ آپ کے چیف آفیسر ایک خاتون سے گفتگو کر رہے تھے۔ خاتون اٹھ کر چلی گئیں تو آپ نے آفیسر سے پوچھا۔ جناب یہ کون تھیں؟ آفیسر نے آپ کو جھڑک کر کہا "تمہیں کیا مطلب؟" آپ اس جواب پر کافی جز بز ہوں گے۔ ایک معمولی سا سوال بہت سے سوالات اور شکوک و شبہات کی شکل میں آپ کو پریشان کر دے گا۔

آپ حقیقت حال جاننے کے لیے بے تاب ہو جائیں گے۔ حیلے بہانے کرکے چپراسی اور دوسرے لوگوں سے معلومات اکٹھا کریں گے۔ کبھی جاسوسی اور تاک جھانک کریں گے، کچھ سچ اور جھوٹ بول کر حقیقت تک پہنچنے کی کوشش کریں گے حالاں کہ کوئی معاملہ نہیں ہے وہ آفیسر کی اہلیہ تھیں جو ایک ضروری مشورہ کرنے کے لیے دفتر میں چلی آئی تھیں۔ اگر آفیسر شروع ہی میں یہ بات بتا دیتا تو آپ کو اتنے جرم نہ کرنے پڑتے۔ یہی حال اس بچے کا ہو جاتا ہے جس کو آپ اس کے سوال پر جھڑک دیتے ہیں۔ وہ سوچتا ہے آخر راز کیا ہے؟ جو مجھ سے چھپایا جا رہا ہے۔ اس کا ذہنی الجھاؤ اور زیادہ بڑھتا چلا جاتا ہے۔

چناں چہ وہ حقیقت تک پہنچنے کے لیے تمام وہ حرکتیں کرتا ہے جو آپ نے اپنے آفیسر کے سلسلے میں کی تھیں، اور اگر وہ غلط لڑکوں سے اس سلسلے میں پوچھ بیٹھتا ہے تو وہ اسے نہایت نازیبا حرکتوں پر اکسا کر اس میں جنسی ہیجان پیدا کرکے اس کے خوش گوار مستقبل کو جنسی ہول ناکیوں کے حوالے کر دیتے ہیں۔

(۲) جنسی سوالات کیے جانے پر دوسرا طریقہ یہ اختیار کیا جاتا ہے کہ بچے کو غلط سا جواب دے کر خاموش کر دیا جاتا ہے۔ اس انداز سے سوچنے والے حضرات یہ سمجھتے ہیں کہ فی الوقت تو بچے کو کسی نہ کسی طرح خاموش کر دیا جائے، بڑا ہو کر وہ سب کچھ خود ہی جان جائے گا۔ مگر یہ طریقہ بھی پہلے طریقے سے کم خطرناک نہیں ہے۔ آپ نے اگر آج غلط سلط جواب دے کر بظاہر بچے کو مطمئن کر دیا مگر کل آپ کا جھوٹ بچے پر ظاہر ہو گیا تو آپ سے بچے کا اعتماد ہمیشہ کے لیے اٹھ جائے گا اور پھر وہ محلے اور پاس پڑوس کے دوسرے لڑکوں سے وہ معلومات حاصل کرے گا اور یہ جنسی ذخیرۂ علم اس کی آیندہ زندگی میں بہت مہلک ثابت ہو سکتا ہے۔

(۳) جنسی سوالات کے سلسلے میں تیسرا طریقہ یہ اپنایا جاتا ہے کہ بلا تکلف تمام باتیں من و عن پوری تفصیل کے ساتھ بچے کو صاف صاف بتا دی جائیں، یہ مغربی انداز فکر

ہے اور مغرب زدہ لوگ اس نقطہ نظر کے بڑے حامی و وکیل ہیں۔ ان کی دلیل یہ ہے کہ جب بچے کو سب کچھ بتادیا جائے گا تو اس کا تجسس ختم ہو جائے گا اور مزید جان کاری کا اشتیاق باقی نہیں رہے گا۔ مگر یہ دلیل حقیقت کے منافی ہے۔ جب آپ بچے کو سب کچھ بتادیں گے تو اس کا اشتیاق و تجسس ختم نہیں ہوگا' بلکہ وہ مزید بھڑک اٹھے گا اور وہ آپ کی باتوں کو پرکھنے کے لیے عملی تجربے کی طرف بڑھے گا' جس کی خطرناکی کا آپ خود اندازہ لگا سکتے ہیں۔ چناں چہ آپ دیکھتے ہیں کہ مغرب زدہ گھرانوں کے بچوں میں فحاشی و آوارگی زیادہ پائی جاتی ہے۔ اولاً تو وہاں حیا و عصمت کا کوئی تصور نہیں ہے۔ پھر ٹی وی' سینما اور رقص و سرود کے مخرب اخلاق پروگرام ان کی آوارگی میں مزید اضافہ کرتے ہیں۔ والدین کی آزاد خیالی اور جنسی بے حجابی جلتی آگ پر تیل کا کام کرتی ہے۔ میری گفتگو کا حاصل صرف یہ ہے کہ جنسی امور سے متعلق تسلی و اطمینان کے نام پر بچے کو تمام تفصیلات بتاکر ہم اس کی جنسی دل چسپی کو حد اعتدال سے بڑھا دیتے ہیں۔

(۴) مذکور بالا تینوں طریقوں کے بجائے بہترین طریقہ یہ ہے کہ جنسی مسائل کے سلسلے میں اعتدال اور میانہ روی اختیار کی جائے۔ جنسی سوال کرنے پر بچے کو ڈانٹنے ڈپٹنے یا غلط سلط بات بتانے یا بلا تکلف پوری تفصیل بتانے کے بجائے بچے کی ذہنی سطح کے مطابق آسان زبان میں اس کے سوال کا مختصر جواب دیا جائے۔ مثلاً بچہ اگر یہ سوال کرے کہ منی کہاں سے آگئی ہے؟ تو اسے نہ جھڑکا جائے اور نہ اس طرح غلط سلط بتایا جائے کہ دایا اپنے ساتھ لائی تھی یا رات میں ایک آدمی ڈال گیا تھا اور نہ زن و شوہر کے جنسی تعلقات اور حمل وغیرہ کی پوری تفصیل ہی بتائی جائے' بلکہ کچھ اس طرح سمجھایا جائے کہ اللہ میاں نے ہر چیز پیدا کی ہے' اس نے منی کو بھی پیدا کیا ہے۔ تم نے دیکھا ہوگا کہ مرغی انڈا دیتی ہے۔ بکری بچہ دیتی ہے۔ اسی طرح عورت بچے کو جنتی ہے اور یہ سب اللہ میاں کے حکم سے ہوتا ہے۔ اگر بچہ سوال کرے کہ امی کی طرح ابو

کے پستان کیوں نہیں ہیں؟ تو اسے بتایا جائے کہ امی کے ذمے بچے کو پالنا اور اسے دودھ پلانا ہے اس لیے اللہ میاں نے امی کے پستان بنائے ہیں۔ ابو کے ذمے بچے کو دودھ پلانا نہیں ہے، بلکہ گھر والوں کے لیے کمانا ہے۔ اس لیے اللہ میاں نے ابو کے پستان نہیں بنائے بلکہ انہیں کمانے کی طاقت دی ہے۔ اسی سے ملتے جلتے جوابات دے کر آپ بچے کو مطمئن کر سکتے ہیں۔

بچے کو کس حد تک جنسی معلومات فراہم کی جائیں؟ اس کا انحصار بچے کی عمر، صلاحیت اور جنسیات سے متعلق اس کے تجسس کی شدت پر ہے۔ اگر عمر بڑھنے کے ساتھ ساتھ سلیقہ مندی و ترتیب سے بچے کو جنسی معلومات فراہم ہوتی رہیں تو دور بلوغ اور اس کے بعد بچہ کوئی خاص دقت محسوس نہیں کرتا۔ ورنہ عمر کے ہیجان خیز حصے میں اس کی بے راہ روی کا سخت اندیشہ رہتا ہے۔ اس بات کا بھی خاص خیال رکھا جائے کہ بچے کو جنسی معلومات اسی وقت فراہم کی جائیں جب وہ کوئی سوال کرے یا آپ اسے کسی جنسی الجھن میں مبتلا پائیں۔ بغیر ضرورت اس موضوع پر بچوں کے احساسات کو چھیڑنا مناسب نہیں ہے اور جب بچہ آپ سے کوئی جنسی سوال کرے تو آپ اسے ناجائز یا گندا مسئلہ جان کر نظرانداز نہ کریں اور نہ اس مسئلے میں شرم و حیا کو ہی بہانا بنائیں، کیوں کہ صحیح رہ نمائی کے سلسلے میں کسی قسم کی شرم محسوس نہیں کرنا چاہیے۔

اگر آپ بچے کے پوچھنے پر اسے مطمئن نہیں کریں گے تو وہ دوسرے ذرائع اختیار کرے گا، جس کا نتیجہ اور بھی زیادہ خطرناک ظاہر ہو سکتا ہے۔ آپ اگر کبھی اس قسم کے نوعمر بچوں کو جنسی مسائل پر گفتگو کرتے ہوئے سنیں تو آپ کو اندازہ ہوگا کہ وہ صحیح رہ نمائی نہ پا کر فحاشی و بے حیائی کی ڈگر پر چل پڑتے ہیں۔

اگر آپ دیکھیں کہ بچہ جنسی بے اعتدالی کا شکار ہو رہا ہے تو اسے نہایت محبت و شفقت سے سمجھائیں اور بتائیں کہ اس سے تمہارا مستقبل تباہ ہو جائے گا، دوسری طرف اس کے ہم جولیوں پر نظر رکھیں، غلط ساتھیوں کے بجائے اچھے ساتھیوں کے

ساتھ رہنے سہنے کے مواقع فراہم کریں۔ اپنے ساتھ مختلف دعوتوں میں ساتھ رکھیں' دوستوں اور رشتے داروں کے یہاں اپنے ہم راہ لے کر جائیں۔

اسلام نے جنسیات سے متعلق جو ہدایات و تعلیمات دی ہیں' ان کو پیش نظر رکھا جائے' بچوں سے ان پر عمل کرایا جائے تاکہ ان میں جنسی ہیجان پیدا نہ ہوسکے۔ فحش اور گندے لٹریچر بچوں کو بالکل نہ پڑھنے دیے جائیں۔ پاکیزہ اور تعمیری کتابیں' رسائل اور اخبارات گھر پر منگائے جائیں تاکہ بچوں کا تعلق انہیں سے رہے۔

بچوں کو ایسے دل چسپ مشاغل فراہم کیے جائیں' جن میں مصروف رہ کر وہ واہیات اور لغو باتوں کے لیے وقت فارغ نہ کرسکیں۔ بچوں کی فراغت اور عدم مصروفیت بھی انہیں غلط راستوں پر ڈال دیتی ہے۔ بچوں کے شب و روز کے مشاغل پر گہری نظر رکھی جائے' لیکن انہیں اس کا احساس نہ ہونے دیا جائے کہ آپ ان کی جاسوسی کر رہے ہیں۔

آج ہمارے معاشرے میں جو جنسی ہیجان پایا جاتا ہے' اس کا سب سے بڑا سبب ٹی وی اور سینما کا غلط استعمال ہے۔ ننگی اور فحش فلمیں' ہیجان خیز گانے اور ناچ' اخلاق سے عاری پروگرام ان تمام چیزوں نے مل کر نئی نسل کو جنسی ہیجان کا شکار بنادیا ہے۔ ہمارے ایک دوست فکر بجنوری نے خوب کہا ہے:

"بچوں میں جب شعور بے دار ہوجائے تو انہیں عادی بنایا جائے کہ وہ دوسرے گھروں میں بلا اجازت داخل نہ ہوں خصوصاً ان تین اوقات میں جن کا تذکرہ قرآن پاک میں کیا گیا ہے اور بالغ ہونے پر تو کسی وقت بلا اجازت کسی دوسرے گھر میں داخل نہ ہوں"۔

یاایها الذین امنوا لیستاذنکم الذین ملکت ایمانکم و الذین لم یبلغوا الحلم منکم ثلاث مرات من قبل صلوۃ الفجر و حین تضعون ثیابکم من الظهیرۃ و من بعد صلوۃ العشاء . . . و اذا بلغ الاطفال منکم الحلم فلیستاذنوا کما استاذن الذین من

قبلهم۔ (النور-۵۸'۵۹))

(اے لوگو! جو ایمان لائے ہو لازم ہے کہ تمہارے لونڈی غلام اور تمہارے وہ بچے جو ابھی عقل کی حد کو نہیں پہنچے ہیں' تین اوقات میں اجازت لے کر تمہارے پاس آیا کریں: صبح کی نماز سے پہلے اور دوپہر کو جب کہ تم کپڑے اتار کر رکھ دیتے ہو' اور عشاء کی نماز کے بعد۔ یہ تین وقت تمہارے لیے پردے کے وقت ہیں۔ ان کے بعد وہ بلا اجازت آئیں تو نہ تم پر کوئی گناہ ہے نہ ان پر' تمہیں ایک دوسرے کے پاس بار بار آنا ہی ہوتا ہے۔ اس طرح اللہ تمہارے لیے اپنے ارشادات کی توضیح کرتا ہے' اور وہ علیم و حکیم ہے۔ اور جب تمہارے بچے عقل کی حد کو پہنچ جائیں تو چاہیے کہ اسی طرح اجازت لے کر آیا کریں جس طرح ان کے بڑے اجازت لیتے رہے ہیں۔"

ذرا تصور کیجیے کہ اگر بچہ کسی شوہر کو اپنی بیوی سے ملامست کرتے دیکھ لے' تو اس کے جنسی جذبات کا کیا حال ہوگا' اس کے ذہن و دماغ میں اس منظر کی تصویر بار بار ابھرے گی۔ ہو سکتا ہے وہ اپنے ہم جولیوں سے بھی لطف لے لے کر اس کا تذکرہ کرے اور وہ صورت حال تو تباہ کن ہی ہوگی جب بچہ عملی طور پر جنسی تجربہ کرنے کی سوچے یا ذہنی طور پر تلذذ حاصل کرے۔ اس لیے بچوں کو اجازت طلبی کے قرآنی آداب سکھائیے۔ اور کوشش کیجیے کہ بچے اپنے گھر میں غیر وقت داخل ہونے کا معمول نہ بنائیں۔

اچھے مربی کے لیے یہ بھی ضروری ہے کہ وہ بچوں کو نگاہ و نظر کے آداب سکھائے اور انہیں بتائے کہ غیر محرم عورتوں کو دیکھنا گناہ ہے اگر کسی پر نظر پڑ جائے تو اپنی نظر پھیر لیں اور غیر محرم عورت کو بار بار دیکھنا یا مسلسل دیکھتے رہنا جنسی بے راہ روی کا پیش خیمہ بن سکتا ہے۔ اسلام نے محرمات کو دیکھنے کی اجازت دی ہے یا شادی کے لیے منگیتر کو۔ ورنہ کسی دوسری عورت کو دیکھنا اسلام نے اسی لیے ناجائز قرار دیا ہے اس سے جنسی بے راہ روی کا راستہ نکلتا ہے' نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے

ارشاد فرمایا :

النظرۃ سھم من سھام ابلیس من ترکھا من مخافتی ابدلتہ ایمانا یجد حلاوتہ فی قلبہ۔ (حاکم طبرانی)

"نگاہ ابلیس کے تیروں میں سے ایک تیر ہے جو میرے ڈر کی وجہ سے اسے چھوڑ دے میں اس کو بدلے میں ایسا ایمان دوں گا جس کی مٹھاس وہ اپنے دل میں پائے گا۔

بخاری و مسلم کی روایت ہے کہ آپ ؐ نے فرمایا :

العینان زناھما النظر آنکھوں کا زنا دیکھنا ہے۔

غیر محرم عورت کے تو کسی بھی حصے پر نظر نہیں پڑنی چاہیے مگر مرد یا بڑے بچے کے حصہ عورت پر بھی نظر نہیں پڑنا چاہیے۔ مرد اور بڑے بچے کا حصہ عورت ناف سے لے کر گھٹنے تک ہے۔ اس دور بے حیائی میں اگر نگاہ و نظر کے آداب کا خیال رکھا جائے اور بچوں کو اس کی تلقین کی جائے اور انہیں عادی بنایا جائے تو بڑی حد تک ہم جنسی بے راہ روی پر قابو پا سکتے ہیں۔

جب بچے آٹھ دس سال کے ہو جائیں تو ان کے بستر الگ الگ کر دیے جائیں۔ ایک ہی بستر پر کئی بچوں کو سلانا (خصوصاً سردیوں کے موسم میں ایک ہی لحاف کے اندر) جنسی تحریک کا سبب بن سکتا ہے۔ ہندستان میں غریب یا اوسط گھرانوں میں وسائل کی کمی کی بنیاد پر عموماً کئی کئی بالغ بچے ایک ہی بستر پر سوتے ہیں۔ یہ تربیتی نقطہ نظر سے نہایت ہی تباہ کن ہے۔ دوسرے اخراجات کم کر کے ہر بچے کے لیے الگ بستر مہیا کرنا چاہیے۔

جنسی اختلاط بھی جنسی انارکی کا ایک بڑا سبب ہے۔ قریب البلوغ بچوں کو باہمی میل ملاپ سے دور رکھا جائے۔ ایک ہی خاندان یا پڑوس کے لڑکے لڑکیوں کا میل ملاپ تعلیم یا ہوم ورک کے نام پر ملاقاتوں کا سلسلہ نہایت خطرناک ہے۔ والدین اس پر گہری نظر رکھیں اور حکمت عملی سے انہیں ایک دوسرے کے قریب نہ رہنے دیں۔

مخلوط تعلیم بھی جنسی بے راہ روی کا ایک بڑا سبب ہے۔ کاش ہمارے ماہرین تعلیم اس طرف توجہ دیں اور دونوں جنسوں کی اعلیٰ تعلیم کے لیے الگ الگ کالجز اور یونیورسٹیاں کھولی جائیں۔ بہرحال والدین اس بات کی کوشش کریں کہ اپنے بچوں کو مخلوط تعلیمی اداروں سے دور رکھیں اور انہیں ایسے اداروں میں تعلیم دلائیں جہاں مخلوط تعلیم کے مضر اثرات سے بچا جا سکتا ہو۔

بچوں کو شروع ہی سے ساتر لباس کی عادت ڈالنی چاہیے۔ چست اور باریک لباس سے ان کی طبیعت میں نفرت پیدا کرنا چاہیے۔ شریفانہ لباس کی خوبیاں بیان کر کے انہیں اس کا عادی بنانا چاہیے۔ فیشن زدگی کے سیلاب کی رو میں انہیں بہنے سے روکنا چاہیے۔

بے پردگی' جدت اور فیشن کے نام پر مغرب نے بے حیائی کی جو سوغات ہمیں دی ہے' اسے حقارت سے ٹھکرا دیجیے' اپنی اخلاقی تعلیمات پر فخر کیجیے' احساس کمتری کے خول سے نکلیے' مغرب کی اندھی تقلید کے بجائے اسلامی تعلیمات پر شرح صدر کے ساتھ عمل کیجیے' بچوں کو کوارانہ تقلید اور مغرب کی فیشن پرستی کے نقصانات سے آگاہ کرتے رہیے۔

اگر آپ نے صبر و تحمل اور دور اندیشی سے بچوں کی تربیت کا اہتمام کیا تو یقیناً وہ آپ کی آنکھوں کی ٹھنڈک' روح کا سکون اور دل کا سرور بن کر ابھریں گے اور اگر آپ ایسا نہ کر سکے تو پھر آپ کے بچے بڑے ہو کر آپ کے لیے ایسا درد سر بنیں گے جس کا علاج ناممکن ہو گا۔

☆ ☆ ☆

باب پنجم (تربیت پر اثرانداز ہونے والے عوامل)

والدین

بچہ جب دنیا میں آتا ہے تو وہ ایک سادہ کاغذ کے مانند ہوتا ہے۔ والدین جو چاہیں اس پر نقش کرسکتے ہیں۔ اس حقیقت کا اعلان خود اللہ تعالیٰ فرماتا ہے :

فطرۃ اللہ التی فطر الناس علیھا۔ (الروم)

(قائم ہو جاؤ اس فطرت پر جس پر اللہ تعالیٰ نے انسانوں کو پیدا کیا ہے۔)

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا :

کل مولود یولد علی الفطرۃ فابواہ یھودانہ او ینصرانہ او یمجسانہ۔

(بخاری)

(ہر بچہ فطرت پر پیدا ہوتا ہے' پھر اس کے والدین اس کو یہودی یا نصرانی یا مجوسی بنادیتے ہیں۔)

بچے کی تربیت میں سب سے اہم رول اس کے والدین ادا کرتے ہیں۔وہ بہترین تربیت کرکے اسے کامیاب و بااخلاق انسان بنادیتے ہیں یا غلط تربیت کرکے یا تربیت سے غفلت برت کر اس کی کج روی کا سبب بنتے ہیں۔ امام غزالی اس نکتے پر روشنی ڈالتے ہوئے فرماتے ہیں :

"بچہ والدین کے پاس امانت ہے' اس کا پاکیزہ دل ایک قیمتی جوہر ہے' اگر بچے کو بھلائی کا عادی بنایا جائے اور اچھی تعلیم دی جائے تو بچہ اسی نہج پر پروان چڑھتا ہے اور دنیا و آخرت میں سعادت حاصل کرتا ہے۔ اگر بچے کو بری باتوں کا عادی بنایا جائے یا اس کی تربیت سے غفلت برتی جائے اور اسے جانوروں کی طرح آزاد چھوڑ دیا جائے تو بدبختی و بربادی اس کا مقدر بن جاتی ہے"۔

اگر بچے کو ماں باپ کی توجہ و نگہداشت' ان کی سرپرستی و رہنمائی حاصل نہ ہو تو بچے کا بگڑ جانا یقینی بات ہے۔ اگر والدین خود بگڑے ہوئے ہوں تو ان کی گود میں پرورش پانے والا بچہ کیوں کر نیک ہو سکتا ہے۔

والدین کے باہمی تعلقات استوار نہ ہوں' ان میں رنجش رہتی ہو' آئے دن تو تو میں میں ہوتی رہتی ہو اور گھر جھگڑے کا اکھاڑا بنا ہوا ہو تو بچے میں خیرو صلاح کے بجائے بگاڑ کے جراثیم ہی پیدا ہوں گے۔ والدین کے تعلقات کا اثر بچے کے ذہن و دماغ پر شعوری و غیرشعوری دونوں طرح ہوتا ہے۔ اس لیے والدین کی پہلی ذمے داری یہ ہے کہ وہ ازدواجی تعلقات کو خوش گوار بنائیں' کم از کم اپنے نونہال کی زندگی کا خیال کرتے ہوئے ازدواجی تلخیوں اور جھگڑوں کو خیرباد کہہ دیں۔

ماں باپ کی تربیتی ذمے داریوں کی طرف توجہ دلاتے ہوئے نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا :

اکرموا اولادکم و احسنوا ادبھم۔ (ابن ماجہ)

(اپنی اولاد کو عزت دو اور ان کی اچھی تربیت کرو۔)

حضرت علیؓ کی روایت ہے :

علموا اولادکم و اھلیکم الخیر و ادبوھم۔ (مصنف عبدالرزاق)

"اپنے بچوں اور گھر والوں کو بھلائی کی تعلیم دو اور ان کی تربیت کرو"۔

والدین کی ذمے داری ہے کہ وہ اپنے بچوں کی ہمہ جہتی تربیت کے فرائض خلوص و لگن کے ساتھ انجام دیں۔ ان کے اندر مختلف خوبیوں کو پروان چڑھائیں' ان کی خوابیدہ صلاحیتوں کو جلا بخشیں' ان میں کوئی کجی اور سطحیت پیدا نہ ہونے دیں' ان کے اندر وسعت قلبی' صداقت و دیانت' صبر و استقامت' ایثار و قربانی' ہم دردی و غم گساری' تواضع و انکساری' مہمان نوازی و فیاضی کی صفات پیدا کریں' گالم گلوج' لعن طعن' غیبت و چغل خوری' کذب و حیلہ سازی' مکر و فریب دہی' خوف و بزدلی' تکبر و تعلی' بخیلی و تنگ دلی' رذالت و کمینگی جیسے رذائل کی ہوا بھی نہ لگنے دیں۔

جب بچہ بڑا ہو جائے تو والدین کو چاہیے کہ اسے بہترین اسکول میں داخل کرائیں۔ بچے کے تعلیمی ارتقا کا جائزہ لیتے رہیں' اساتذہ سے ربط رکھیں۔ بچے کی خوبیوں اور خامیوں پر تبادلۂ خیال کریں۔ روزانہ پابندی سے ایک دو گھنٹے ہوم ورک اور تعلیمی رہ نمائی کے لیے ضرور خالی کریں۔

باپ

بچہ ماں کے بعد جس ہستی کو سب سے زیادہ اپنے قریب محسوس کرتا ہے' وہ باپ ہے۔ باپ کو چاہیے کہ بچے کو اپنے سے خوب مانوس کرے۔ آپ نے دیکھا ہوگا کہ بعض باپ بچے سے دور ہی دور رہتے ہیں' انھیں اتنی فرصت نہیں ملتی کہ وہ بچے کو گود میں لے سکیں اور کچھ وقت اس کے ساتھ گزار سکیں۔ ان کے خیال میں بچے کو پالنا پوسنا صرف ماں کی ذمے داری ہے۔ وہ اس سے بری ہیں۔ اسی لیے وہ بچے سے کوئی سروکار نہیں رکھتے۔ البتہ یہ ضرور چاہتے ہیں کہ ان کا بچہ انھیں اپنا باپ سمجھے۔

آپ یہ بھی جانتے ہیں کہ اس دنیا میں ہر شخص اپنے کو اہم سمجھتا ہے۔ پرسوں ہی کی تو بات ہے' آپ کے یہاں کچھ مہمان آئے' آپ نے حسب توفیق ان کی

خاطر تواضع کی' مگر ان کے خیال سے خاطر و مدارات میں کچھ کمی رہ گئی۔ ان کو یہ محسوس ہوا کہ ان کو کوئی اہمیت نہیں دی گئی۔ چناں چہ انہوں نے ہنگامہ کھڑا کر دیا۔ صرف اس لیے کہ وہ اپنے کو جتنا اہم سمجھ رہے تھے آپ نے شاید ان کو اتنا اہم نہیں سمجھا۔ اسی طرح بچہ بھی یہی چاہتا ہے کہ اسے اہم سمجھا جائے۔ اگر باپ بچے کے سامنے آتے جاتے اسے کوئی اہمیت نہ دے' تو کیا اس کا معصوم سا دل ٹوٹ نہ جائے گا؟ کیا آپ کے اس رویے سے بچے میں مایوسی و افسردہ دلی جڑ پکڑنا شروع نہیں کر دے گی؟ اس طرح کسی باپ کو نہیں کرنا چاہیے۔

باپ کما کر گھر کی تمام ضروریات پوری کرتا ہے' اس کے پاس وہ وسائل ہوتے ہیں' جن سے ماں محروم ہوتی ہے' اس لیے بچے کی جائز خواہشوں کی تکمیل کا ذمے دار بھی باپ ہے۔ بچے کی خواہش یا ماں کے اظہار پر بچے کی جائز خواہشوں کی عدم تکمیل کی صورت میں بچے کے بگاڑ کا ذمے دار باپ ہی ہوگا۔ باپ نہایت جاں فشانی سے پیسہ کماتا ہے' مگر اس کمائی میں اولاد کا جو حق ہے' اسے نہایت خندہ پیشانی سے ادا کرنا چاہیے۔ اولاد کے حقوق کو غصب کر کے جمع کی ہوئی دولت پر اس وقت افسوس ہوتا ہے جب حق تلفی کے احساس سے بگڑے ہوئے بچے جوان ہو کر باپ کے مدمقابل آتے ہیں اور سرکشی و بغاوت کے جذبات سے سرشار گھر کے امن و سکون کو غارت کر دینے پر تلے رہتے ہیں۔

باپ گھر کا قوام ہے۔ بچہ دیکھتا ہے کہ ہر مصیبت اور پریشانی میں گھر کے افراد اس کی طرف رجوع کرتے ہیں' حتیٰ کہ وہ ماں بھی جسے وہ اپنا محافظ سمجھتا ہے' اس کی مرہون منت ہے۔ اب اسے یقین ہو جاتا ہے کہ باپ ہی اس گھر کا حاکم ہے۔ سب اس کا کہنا مانتے ہیں۔ سب اس سے ڈرتے ہیں۔ چناں چہ بچہ باپ میں کافی دل چسپی لینے لگتا ہے۔ باپ کی عادتوں کو اختیار کرنے کی کوشش کرتا ہے تاکہ وہ بھی باپ کی طرح

طاقت ور بن جائے اور گھر پر اس کا حکم چلنے لگے۔

باپ کی یہ بھی ذمے داری ہے کہ وہ بچے کی تعلیم کا بہتر بندوبست کرے۔ معیاری تعلیم گاہ میں اسے داخل کرائے۔ اس کی تعلیمی دل چسپیوں کا جائزہ لیتا رہے۔ اس کے اساتذہ سے ربط و تعلق رکھے۔ بچے کی سیرت و اخلاق پر ان سے تبادلۂ خیال کرے۔ بچے کے تعلیمی رجحانات کے پیش نظر صحیح مضامین کا انتخاب کرے۔ اگر وہ یہ محسوس کرے کہ بچہ اسکول کے تعلیمی نظام یا متعلقہ مضامین میں دل چسپی نہیں لے رہا ہے، تو حسب ضرورت تبدیلی سے گریز نہ کرے۔ بچے کی تعلیمی رہ نمائی کے لیے روزانہ کچھ نہ کچھ وقت ضرور فراہم کرے تاکہ بچہ پابندی سے گھر پر بھی پڑھ لکھ سکے۔

باپ کی ذمے داریوں کی طرف توجہ دلاتے ہوئے نبی کریمؐ نے فرمایا :

ادبوا اولادکم و احسنوا ادبھم۔ (ابن ماجہ)

(اپنی اولاد کو ادب سکھاؤ اور ان کی اچھی تربیت کرو۔)

آپؐ نے واضح الفاظ میں مرد کو اپنے اہل خانہ کی جملہ ذمے داریوں کے لیے جواب دہ قرار دینے کے لیے ارشاد فرمایا :

و الرجل راع فی اھلہ و مسئول عن رعیتہ۔ (بخاری و مسلم)

(مرد اپنے گھربار کا ذمے دار ہے اور وہ اپنے گھربار کے بارے میں جواب دہ ہے۔)

آپؐ نے یہ بھی ارشاد فرمایا :

"والدین بچے کو جو سب سے اچھا تحفہ دے سکتے ہیں، وہ بہترین تعلیم و تربیت ہے"۔

ماں

جب بچہ اس دنیا میں آتا ہے، تو یہ اس کے لیے بالکل نئی اور غیرمانوس ہوتی ہے۔ وہ اب تک جس دنیا میں تھا وہاں نہ روشنی تھی، نہ ہوا، نہ آوازیں تھیں نہ

شور و ہنگامہ اور نہ اس کے نرم و نازک جسم کو چھونے والا کوئی ہاتھ۔ مگر اس دنیا میں آتے ہی سب کچھ بدل گیا۔ بچے کے لیے اس اچانک اور غیر معمولی تبدیلی کا سامنا کرنا بڑا مشکل معلوم ہوتا ہے' مگر خدا نے اس کو ماں جیسی عظیم نعمت دی ہے' جس کی گود کو بچہ تمام اندیشوں اور خطروں سے محفوظ تصور کرتا ہے۔ بچہ آہستہ آہستہ گرد و پیش کی چیزوں سے مانوس ہو جاتا ہے۔ ماں مقررہ وقت پر دودھ پلاتی ہے' اس کے کپڑے بدلتی ہے' اس کو نہلاتی اور صاف ستھرا رکھتی ہے اور گرمی و سردی کے اثرات سے اسے بچانے کی کوشش کرتی ہے۔ چناں چہ گھر کے افراد میں سب سے پہلے اور سب سے زیادہ ماں ہی سے مانوس ہوتا ہے۔ وہ ماں کی آغوش میں سکون پاتا ہے' ماں جب اسے گود میں سلاتی ہے تو وہ بہت جلد سو جاتا ہے اور اگر ماں گود سے الگ کر دے تو وہ کھسک کر پھر گود میں آجاتا ہے۔ اس طرح بچہ ماں کو اپنا محافظ سمجھتا ہے اور چاہتا ہے کہ یہ پناگاہ اس سے کسی وقت جدا نہ ہو۔ چناں چہ جب بچہ ماں کو اپنے قریب نہیں پاتا' تو بے چینی اور جھنجلاہٹ محسوس کرتا ہے۔ اسی جھنجلاہٹ میں وہ رونے لگتا ہے اور ماں پیار سے اسے اپنی آغوش میں دبا لیتی ہے۔

یہ مشہور کہاوت آپ نے سنی ہوگی کہ "ماں کی آغوش پہلا مدرسہ ہے"۔ ماں کی گود میں بچے کے دل و دماغ پر جو نقوش ثبت ہوتے ہیں' وہ بہت گہرے اور پایہ دار ہوتے ہیں۔ ماں اپنی ذمے داری سے اس وقت سبک دوشی کا دعویٰ نہیں کر سکتی جب بچہ دودھ پینا چھوڑ دیتا ہے اور اپنے ہاتھ سے کام لینا شروع کر دیتا ہے' اس وقت تو ماں کی ذمے داریوں میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ کیوں کہ بچے کے بننے یا بگڑنے کا آغاز عمر کے اسی دور سے ہوتا ہے۔ ماں کی ذمے داری ہے کہ وہ ہر وقت بچے کے عادات و اطوار پر نظر رکھے۔ جسمانی تربیت کے ساتھ اس کی اخلاقی تربیت کا بھی بھرپور اہتمام کرے۔ ازدواجی تعلقات اور گھر کے ماحول کو نہایت خوش گوار اور پاکیزہ بنائے

رکھے، جس طرح کم دھوپ سے پھول مرجھا جاتا ہے اور زیادہ دھوپ سے جھلس جاتا ہے۔ اسی طرح بچے کو محبت کی کمی افسردہ دلی اور احساس کمتری میں مبتلا کردیتی ہے اور بے جا لاڈ پیار اس کو بگاڑ کے راستے پر ڈال دیتا ہے۔ اس لیے ماں کے لیے ضروری ہے کہ وہ اس بات کا خیال رکھے کہ بچے کے ساتھ محبت اور پیار کا بھرپور معاملہ کرے، لیکن بے جا لاڈ پیار سے بھی پرہیز کرے۔ اس سے بچوں میں بہت سی خرابیاں جنم لینے لگتی ہیں۔

بچہ جب کچھ بڑا ہوجائے تو اسے کام میں ہاتھ بٹانے کے مواقع مہیا کرنا، دل چسپ مشاغل اور اچھے ہم عمر ساتھی فراہم کرنا، خوشی و غمی کی تقریبات میں شریک کرنا ماں کی ذمے داریوں میں شامل ہے۔ جب بچہ اسکول جانے لگے تو اس کی تعلیمی مصروفیات پر نظر رکھنا، اس کی ہدایت و رہ نمائی کرنا بھی ماں کی ذمے داری ہے۔ بچے کے جسم کو توانا و تن درست اور دل و دماغ کو قوی بنانے کا نازک فرض بھی بڑی حد تک ماں پر عائد ہوتا ہے تاکہ وہ بڑا ہوکر عمل کی دنیا میں نہایت عزم و استقامت سے اپنے فرائض انجام دے سکے۔ چار پانچ سال کی عمر میں بچہ آسان اور عام فہم نصیحت کو سمجھنے لگتا ہے۔ جب بچہ اس عمر کو پہنچ جائے تو ماں حسب موقع دل نشیں انداز میں بچے کو اچھی نصیحتوں کے ذریعے اس کے کردار کو سنوارنے کی کوشش کرے۔ اس سلسلے میں دل چسپ کہانیوں اور تاریخی واقعات سے بھی مدد لی جاسکتی ہے۔ تاریخ کی عظیم شخصیتوں کا مطالعہ کیا جائے، تو یہ بات واضح ہوجاتی ہے کہ بہت سی عظیم ہستیوں کو مقام سربلندی ماں کی بہترین تربیت کے نتیجے میں حاصل ہوا۔

رسول خداؐ کی یہ حدیث کہ گود سے گور تک علم حاصل کرو۔ دراصل ماں کو اس کی یہ ذمے داری بتاتی ہے کہ اس کی گود بچے کی بنیادی تعلیم و تربیت گاہ ہے۔ ماں کی گود وہ مدرسہ ہے جہاں اپنی آیندہ زندگی کے لیے بنیادی اسباق سیکھتا ہے اور آنے

والی زندگی کی سمت سفر کا تعین کرتا ہے۔

نبی کریمؐ نے عورت کی ذمے داریاں بیان کرتے ہوئے فرمایا :

والمراۃ راعیۃ فی بیت زوجھا و مسئولۃ عن رعیتھا۔ (بخاری و مسلم)

(عورت اپنے شوہر کے گھر کی نگہ بان ہے اور اپنی رعیت کے بارے میں جواب دہ ہے)۔

عربی کا مشہور شعر ہے۔

الام مدرسۃ اذا اعددتھا　　　اعددت شعبا طیب الاعراق

(ماں ایک مدرسہ ہے اگر تم اس کو تیار کرو گے' تو تم ایک پوری بااخلاق قوم کو پیدا کردو گے)۔

اہل خانہ

بچہ جب ہوش سنبھالتا ہے' تو اسے عموماً ماں باپ کے علاوہ کبھی کبھار کچھ دوسرے اجنبی چہرے بھی دیکھنے کو ملتے ہیں۔ ان چہروں کو وہ اچھی طرح پہچانتا نہیں ہے۔ مگر جب ان سے مانوس ہونے لگتا ہے' تو ان کی حرکتوں کی نقل کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ نقل اور تقلید کرنا ہر بچے کا فطری حق ہے۔ جب بچہ اپنے گرد و پیش کے افراد کی باتیں سنتا' ایک دوسرے کے بارے میں ان کے رویے کو دیکھتا ہے تو بچہ ان سے اثر قبول کرتا ہے۔ اگرچہ لوگ یہ تصور کرتے ہیں کہ بچہ ان کی باتوں اور ان کے کاموں کو کیا سمجھے گا مگر اس تصور کے باوجود گھر کے افراد کی اچھائی یا برائی کا اثر بچے پر ضرور پڑتا ہے۔ بھائی' بہن' چچا' چچی' دادا' دادی اور گھر میں آنے والے دوسرے اعزہ و احباب کے اچھے یا برے اخلاق کا عکس بچے کی زندگی پر پڑتا ہے۔ خاص طور پر بچے کی دیکھ بھال کے لیے خوش حال گھرانوں میں جو "آیا" رکھ لی جاتی ہے' اس کے

اوصاف بچے کے دل و دماغ پر نقش ہو جاتے ہیں۔ اس لیے "آیا" کے اخلاق پر گہری نظر رکھنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر یہ محسوس کیا جائے کہ "آیا" بلند اخلاق کی حامل نہیں ہے تو اسے فوراً بدل دیا جائے عموماً "آیا" پریشان گھرانوں کی پیداوار ہوتی ہے۔ اس سے کسی بلند کرداری کی توقع نہیں کی جاسکتی۔ اس لیے بہتر صورت تو یہی ہے کہ ماں ازخود بچے کی نگرانی اور اس کی ضرورتوں کی تکمیل کرے تاکہ اجرت پر "آیا" رکھنے کی ضرورت پیش نہ آئے اور اگر حالات "آیا" رکھنے پر مجبور ہی کردیں تو "آیا" کے اخلاق پر کڑی نظر رکھی جائے۔

گھر کے افراد اور گھر میں آنے والے اعزہ و احباب اس بات کا خیال رکھیں کہ وہ بچے کے سامنے کوئی ناشائستہ حرکت نہ کریں۔ گھریلو اختلافات اور لڑائی جھگڑے سے بچے کی آنکھیں اور کان آشنا نہ ہوسکیں۔ بات بات پر میاں بیوی میں نوک جھونک اور تو تو میں میں سے بچے کی سیرت پر اچھے اثرات نہیں پڑتے۔

جب بچہ آنکھ کھولتا ہے تو دیکھتا ہے کہ اس کے پاس لوگ ایک کہرام سا مچائے رکھتے ہیں۔ کبھی تو سب مل کر کسی ایک کے سر ہوگئے، کبھی آپس میں گتھم گتھا ہوگئے، کبھی شور و ہنگامہ کرنے لگے، کبھی کسی میں کیڑے نکالنے لگے اور کبھی بے بات کی بات لے بیٹھے۔ چناں چہ بچہ ماں باپ کی احتیاط کے باوجود ان باتوں کا اثر لیتا ہے اور اس میں خرابی جڑ پکڑنے لگتی ہے۔

گھر کے دوسرے افراد کی ایک عادت یہ بھی ہوتی ہے کہ وہ بچے میں کبھی تو بہت دل چسپی لینے لگتے ہیں اور کبھی ایک دم اس کو بھول جاتے ہیں۔ جب بچہ یہ دیکھتا ہے کہ جو لوگ کل تک اس سے خوب گھل مل کر رہتے تھے، آج وہ اس سے دور دور ہیں اور اسے کوئی اہمیت نہیں دے رہے ہیں تو بچہ عجیب سی الجھن میں مبتلا ہو جاتا ہے اور اس میں مایوسی و افسردہ دلی کے جذبات پروان چڑھنے لگتے ہیں۔ اگر گھر کا ماحول بہتر ہو

تو بچے کی تربیت میں بڑی سہولت ہوگی۔ جب گھر کے افراد وقت کے پابند ہوں' وقت پر سونا جاگنا' وقت پر کھانا پینا' وقت پر کھیلنا پڑھنا' وقت پر نہانا دھونا' ان کا معمول ہو۔ جھوٹ' گالم گلوج' لڑائی جھگڑے کا نام و نشان نہ ہو تو زیر تربیت بچے میں غیر ارادی طور پر یہ اوصاف پیدا ہو جائیں گے۔ دو سال کی عمر سے چار سال کی عمر تک بچہ قریبی ماحول سے بہت کچھ سیکھ لیتا ہے۔ چھے سات سال تک بچے کو بالکل معصوم سمجھا جاتا ہے۔ حالاں کہ وہ انہیں سالوں میں اپنے مستقبل کی زندگی کی بنیادوں کو استوار کر چکا ہوتا ہے۔ اگر پندرہ سال کی عمر تک اس کی معلومات میں اضافہ نہ کیا جائے تو چار پانچ سال کی عمر تک فراہم کردہ معلومات اس کے لیے کافی ہوں گی۔ چار پانچ سال کی عمر تک بچہ اپنے ماحول سے جو کچھ سیکھتا ہے' آیندہ یہی اس کی عادتیں بن جاتی ہیں مثلاً جھوٹ یا سچ' چوری چکاری یا دیانت داری' چڑچڑاپن یا تحمل' افسردہ دلی یا بلند ہمتی وغیرہ۔

آپ اپنے بچے کو بہترین گھرانا اور عمدہ ماحول عطا کیجیے جن اعزہ و احباب کے اخلاق آپ کی نظروں میں مشتبہ ہوں' گھر کے پاکیزہ ماحول کو ان کے زہریلے اثرات سے محفوظ رکھنے کی کوشش کیجیے۔ گھر کے ملازمین پر نظر رکھیے کہ بچے پر ان کی بد اخلاقی کا کوئی برا اثر نہ پڑ سکے۔

معاشرہ (سوسائٹی)

بچہ جب کچھ بڑا ہوتا ہے اور گھر کے ماحول سے نکل کر باہر کی دنیا میں قدم رکھتا ہے تو اسے نمایاں تبدیلی محسوس ہوتی ہے' یہاں گھر کے چند افراد کے بجائے بڑی تعداد میں لوگ اسے نظر آتے ہیں۔ گھر میں چند بچے اس کے ساتھی تھے مگر گھر سے باہر تو وہ بے شمار ساتھی بنا سکتا ہے۔ گھر میں چند کھلونے اسے میسر تھے۔ مگر اب تو طرح

طرح کے کھلونے اور کھیل اس کی نظروں کے سامنے ہیں۔ یہ دل چسپ تبدیلی اس کو بہت بھاتی ہے وہ گھر کے تنگ و محدود ماحول کے بجائے اس کشادہ و دل چسپ ماحول میں محو ہو جاتا ہے یہی وہ نازک مرحلہ ہے جہاں بچہ غلط معاشرے کا شکار ہو سکتا ہے۔

معاشرے کا اثر بچے کی زندگی پر بہت گہرا اور دیرپا ہوتا ہے بلکہ اگر یہ کہا جائے تو بے جا نہ ہو گا کہ عموماً انسان معاشرے ہی کی پیداوار ہوتا ہے' ایسے بہت کم لوگ ملتے ہیں' جو اپنے معاشرے سے بلند ہو کر فکر و عمل کی صلاحیت رکھتے ہوں۔ عام طور پر معاشرے کا جو رنگ ہوتا ہے افراد بھی شعوری و غیر شعوری طور پر اسی رنگ میں رنگ جاتے ہیں۔

آج ہمارے معاشرے میں بہت سے عناصر سرگرم عمل ہیں' سیاسی تنظیمیں' اصلاحی انجمنیں' مذہبی جماعتیں' فلاحی ادارے' تفریحی کلب' لائبریریاں' کتب خانے' صحافت' پریس' سینما' تھیٹر' ریڈیو' ٹی وی اور مختلف قسم کے میلے اور نمایش گاہیں وغیرہ اور یہ عناصر سماج کے افراد پر اپنے اچھے یا برے اثرات ڈالتے رہتے ہیں۔ بڑوں کی طرح بچوں پر بھی یہ عناصر اپنے نقش ثبت کرتے ہیں' اگر یہ عناصر تعمیری بنیادوں پر سرگرم عمل ہوں تو بچوں کی سیرت و کردار کو سنوارنے اور ان کی بہترین نشو و نما میں معاون ثابت ہوتے ہیں اور اگر یہ عناصر تخریبی بنیادوں پر سرگرم عمل ہوں تو بچوں کے فکر و ذہن کو تباہ کر کے رکھ دیتے ہیں۔

بچوں کی تربیت کے تناظر میں معاشرے کے سلسلے میں ہماری دو ذمے داریاں قرار پاتی ہیں۔ ایک تو یہ کہ معاشرے کے صالح اور پاکیزہ عناصر سے بچوں کو بھرپور استفادے کا موقع دینا چاہیے اور تخریبی عناصر سے انہیں دور رکھنا چاہیے۔ اور دوسری یہ کہ ہمیں تعمیری عناصر سے تعاون کرنا چاہیے تاکہ وہ ترقی کر سکیں اور برے عناصر کے خلاف رائے عامہ کو ہموار کرنا چاہیے تاکہ برے عناصر طاقت ور ہو کر

معاشرے کو نہ بگاڑ سکیں۔

جب بچہ گھر کے ماحول سے باہر کی دنیا میں قدم رکھتا ہے تو اس کے کردار پر سب سے زیادہ اثر اپنے ہم عمر ساتھیوں کا پڑتا ہے۔ ساتھیوں کی ذہنیت اور پسندیدگی و ناپسندیدگی کا معیار ان کے رجحانات و میلانات بچے پر ضرور اثر ڈالتے ہیں۔ اپنے ہم عمروں ہی سے بچہ مختلف عادات و اطوار سیکھتا ہے اور جب بچہ یہ دیکھتا ہے کہ اس کا ایک ساتھی جھوٹ بول کر استاد کی سزا سے بچ گیا ہے' تو آخر وہ کیوں نہ جھوٹ بولے---؟

آپ اپنے بچے کے ہم عمروں پر گہری نظر رکھیے اور کوشش کیجیے کہ آپ کا بچہ صاف ستھرے اور مہذب بچوں کو اپنا ساتھی بنائے' گندے اور بداخلاق بچوں سے دور رہے۔ کبھی کبھی ہم جولیوں کو کھانے پر مدعو کیجیے۔ اس سے آپ کو انہیں سمجھنے میں سہولت ہوگی۔ آپ انہیں مناسب ہدایات بھی دے سکتے ہیں اور آپ کے بچے سے ان کے تعلقات میں خوش گواری و استحکام بھی پیدا ہوگا۔

نبی کریمؐ نے ہم عمر ساتھی کی صحبت سے پڑنے والے اثرات کو بڑے دل نشیں انداز میں بیان فرمایا :

"اچھا ساتھی مشک بیچنے والے کے مانند ہے۔ وہ تمہیں یا تو تحفے میں کچھ مشک دے گا یا تم اس سے مشک خرید لوگے اور بھی کچھ نہ سہی تو عمدہ خوش بو تمہیں ضرور میسر آجائے گی۔

برا ساتھی بھٹی دھونکنے والے کے مانند ہے۔ جب تم اس کے پاس بیٹھوگے تو بھٹی کی کوئی نہ کوئی چنگاری تمہارے کپڑے پر گر کر اسے جلادے گی۔ یا کم از کم تمہیں بدبو سے دوچار ہونا پڑے گا"۔ (بخاری و مسلم)

آپؐ نے ارشاد فرمایا :

المرء علی دین خلیلہ فلینظر احدکم من یخالل۔ (ترمذی)

(آدمی اپنے دوست کے دین پر ہوتا ہے تو اسے غور کرنا چاہیے کہ وہ کس سے دوستی کر رہا ہے)۔

آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے دو ٹوک الفاظ میں متنبہ فرمایا :

ایاک و قرین السوء کانت بہ تعرف۔ (ابن عساکر)

(تم برے ساتھی سے بچو کیوں کہ تم بھی اس کے ساتھ پہچانے جاؤ گے)۔

تعلیمی نظام

بچے کی تربیت اور نشوونما پر تعلیمی نظام کا بڑا اثر پڑتا ہے' بچے کی کردار سازی میں وہ تعلیمی نظام اہم رول ادا کرتا ہے' جس سے بچے کو سابقہ پڑتا ہے' بچے کی تربیت کے سلسلے میں تعلیم ایک اہم موضوع ہے اور اس پر قدرے تفصیل سے روشنی ڈالنے کی ضرورت ہے۔

ہر دور میں تعلیم کی اہمیت کو تسلیم کیا گیا ہے۔ اسلام نے بھی تعلیم و تعلم پر بڑا زور دیا ہے۔ قرآن پاک میں فرمایا گیا ہے کہ "علم رکھنے والے اور علم نہ رکھنے والے برابر نہیں ہو سکتے"۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کا مشہور ارشاد ہے :

طلب العلم فریضتہ علی کل مسلم۔ (ابن ماجہ)

(علم حاصل کرنا ہر مسلمان پر فرض ہے)۔

تعلیم کی اس سے بڑی فضیلت اور کیا ہو سکتی ہے کہ خود نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا :

انما بعثت معلما۔ (مجھے معلم بنا کر بھیجا گیا ہے)۔

آپؐ نے فرمایا "جو شخص طلب علم کے لیے نکلتا ہے فرشتے اس کے لیے اپنے

پروں کو پھیلا دیتے ہیں"۔ (ابوداؤد) تعلیم و تعلم کی فضیلت و اہمیت کے سلسلے میں بہت سی احادیث وارد ہوئی ہیں۔ اور قرآن میں بھی بار بار علم و شعور اور تدبرو تفکر کی تلقین کی گئی ہے' مگر افسوس کہ جس دین نے تعلیم کو اس قدر اہمیت دی ہے' جس دین کا آغاز ہی لفظ "اقرا" (پڑھ) سے ہوا' اسی دین کے پیرو آج علم کی دنیا میں سب سے پیچھے نظر آتے ہیں۔ ان کے بچے جہالت و غفلت کا شکار ہیں۔ اسلامی تعلیمات اور عصرحاضر کا تقاضا ہے کہ مسلمان بچے علم و فن اور تہذیب و ثقافت کے میدان میں آگے آئیں۔ ورنہ پس ماندگی ان کا پیچھا نہیں چھوڑے گی۔ کسی بھی قوم کی ترقی کے لیے علم کے ہتھیاروں سے لیس ہونا ضروری ہے۔ مسلمان اس وقت تک ترقی کی منزلیں طے کرتے رہے' جب تک انہوں نے علم کے دامن کو مضبوطی سے تھامے رکھا' مگر جب انہوں نے علوم وفنون کے حصول میں کوتاہی برتی تو ذلت و پس ماندگی ان کا مقدر بن گئی۔

تعلیم کا مقصد : علم کی اہمیت واضح ہوجانے کے بعد تعلیم کے مقصد کی تعین ضروری ہے۔ تعلیم کی غرض و غایت میں کافی اختلاف پایا جاتا ہے۔ دورحاضر میں عموماً والدین اپنے بچوں کو معاش کی خاطر تعلیم دلاتے ہیں۔ یہ صحیح ہے کہ تعلیم سے بہت سے ضمنی اور معاشی فوائد بھی حاصل ہوجاتے ہیں۔ لیکن تعلیم کو صرف حصول معاش کے پیش نظر حاصل کرنے سے بچہ "معاشی حیوان" تو بن سکتا ہے مگر "سچا انسان" نہیں بن سکتا۔ آدمی کو اگر زیادہ پڑھنے لکھنے کا شوق ہو اور وہ معاش سے بالاتر ہوکر حصول علم میں مصروف رہے تو عموماً اس کا مقصد اپنی تعلیمی قابلیت میں اضافہ کرنا ہوتا ہے۔ یہ مقصد قابل ستائش ہوسکتا ہے' مگر شخصیت کے دوسرے پہلوؤں کو یکسر نظرانداز کردینا یا انہیں علمیت پر قربان کردینا بھی نہایت خطرناک ہے۔

تعلیم کا ایک مقصد یہ بھی بتایا جاتا ہے کہ انسان کو سماج کا سچا خادم اور مملکت کا اچھا شہری بنایا جائے تاکہ وہ معاشرے کو برے نتائج سے بچاکر اس کی فلاح کے لیے سرگرم عمل رہ سکے۔ شخصیت کے مختلف پہلوؤں کو توازن کے ساتھ سنوارنا بھی تعلیم کا مقصد بتایا جاتا ہے تاکہ انسان اپنا دفاع بھی کرسکے اور سماج کے تقاضوں کو بھی پورا کرسکے۔

تعلیم کا ایک مقصد محض جسمانی صحت کے ساتھ ساتھ صحت مند دل و دماغ کی نشوونما بھی ہے مگر ان میں سے کسی بھی مقصد کو مکمل مقصد قرار نہیں دیا جاسکتا۔ ان میں سے ہر ایک اپنی جگہ مفید ضرور ہے مگر اس میں کوئی نہ کوئی نقص بھی موجود ہے۔ صحیح اور مکمل مقصد کو ہم ایک جملہ میں یوں ادا کرسکتے ہیں : "انسان کو خدا کی زمین پر خدا کے بندے کی طرح زندگی گزارنا آجائے"۔ یعنی یہ کہ بچے کی فطری صلاحیتوں کو اجاگر کرکے ان کو صحیح رخ پر ڈالنا، انھیں جسمانی، ذہنی و اخلاقی لحاظ سے اس لائق بنانا کہ اللہ کا خلیفہ ہونے کے ناتے ان پر جو ذمے داریاں عائد ہوتی ہیں ان کو کماحقہ ادا کرسکیں۔ اپنے بچوں کی تعلیم کے سلسلے میں اس جامع اور بنیادی مقصد کو پیش نظر رکھیے اور اپنے بچے کو ایسی تعلیم گاہ میں بھیجیے جہاں اس مقصد اور جذبے کے تحت تعلیم و تربیت کا بندوبست ہو۔

معیاری درس گاہ کی خصوصیات : اپنے بچوں کو معیاری تعلیم گاہ میں تعلیم دلائیے، معیاری درس گاہ کی سب سے پہلی خصوصیت یہ ہے کہ اس کے سامنے تعلیم کا پاکیزہ اور بلند مقصد ہو، وہاں کے کارکن مخلص اور صاف ستھرے کردار کے حامل ہوں، درس گاہ کا ماحول تعلیمی نقطہ نظر سے موزوں اور مناسب ہو۔ اس کا محل وقوع آبادی اور صحت کے لحاظ سے بہتر ہو۔ موسمی تغیرات اور آب و ہوا کے نقطہ نظر سے خوش گوار ہو۔ معیاری درس گاہ کی ایک خصوصیت یہ بھی ہے کہ وہاں تعلیم کے ساتھ

تربیت پر بھی توجہ دی جاتی ہو اور بچوں کی خوابیدہ صلاحیتوں کو بے دار کر کے انہیں پروان چڑھانے کی سعی کی جاتی ہو اور اس کی خاطر وہاں نقشے' گلوب' چارٹ' ماڈل' کھیل' ڈرل' فرسٹ ایڈ' پی ٹی' لائبریری اور انجمن وغیرہ کا بھی اہتمام ہو۔

معیاری درس گاہ کی ایک خوبی یہ بھی ہونی چاہیے کہ وہاں نظم وضبط (ڈسپلن) ہو' اساتذہ و طلبہ ڈسپلن کے پابند ہوں' باہمی رقابت و گروہ بندی سے درس گاہ کی فضا پاک و صاف ہو' اساتذہ و طلبہ کے تعلقات نہایت خوش گوار ہوں' درس گاہ کو سرپرستوں کا تعاون حاصل ہو اور درس گاہ کی انتظامیہ میں فکری ومزاجی ہم آہنگی بھی ہو۔

معیاری درس گاہ کی ایک خوبی یہ بھی ہے کہ اس کا نصاب تعلیم بچوں کی عمر اور نفسیات سے مطابقت رکھتا ہو' نصاب میں مخرب اخلاق مواد بالکل نہ ہوں' بچوں کے کردار کی تعمیر کا پاس ولحاظ رکھ کر نصاب تیار کیا گیا ہو اور اپنے اندر کافی حد تک دین و دنیا کا امتزاج رکھتا ہو۔

معیاری درس گاہ کی ایک نمایاں خصوصیت یہ بھی ہے کہ اس کے اساتذہ علمی صلاحیتوں کے ساتھ ساتھ اعلیٰ کردار کے مالک ہوں' وہ صرف ملازمت کے نقطہ نظر سے چند گھنٹے درس گاہ میں نہ گزارتے ہوں بلکہ اپنے شاگردوں کے کردار کی تعمیر کی فکر انہیں ہر وقت دامن گیر رہتی ہو' وہ طلبہ میں مختلف صلاحیتوں کو پروان چڑھانے کے لیے بے چین رہتے ہوں' وہ طلبہ کی نفسیات سے واقف ہوں' ان کے مسائل کو سمجھنے اور انہیں حل کرنے کی صلاحیت رکھتے ہوں۔

معیاری درس گاہ کی ایک خوبی یہ بھی ہوتی ہے کہ وہ تعلیمی سرگرمیوں کے ساتھ ساتھ ہم نصابی سرگرمیاں بھی جاری رکھتی ہوں تاکہ طلبہ کی صرف معلومات میں اضافہ نہ ہو بلکہ ان کے اندر تنظیمی اور دوسری صلاحیتیں اور خوبیاں بھی اجاگر ہو سکیں۔

معیاری درس گاہ کی ایک خصوصیت یہ بھی ہے کہ اس کا سربراہ ہر اعتبار سے فائق ہو' اس کی علمی و فکری سطح بہت بلند ہو' بچوں کی تعلیم و تربیت کا اسے نظری و عملی گہرا علم و تجربہ ہو' وہ طلبہ و اساتذہ کے مسائل پر خلوص و سنجیدگی سے غور کرتا ہو اور ان سے خوش اسلوبی کے ساتھ نپٹنے کی بھرپور صلاحیت رکھتا ہو۔

مضامین کا انتخاب : بچے کی صحیح تعلیم و تربیت کے لیے مناسب مضامین کا انتخاب اور مضامین کی موزوں ترتیب کا پاس و لحاظ بہت ضروری ہے اگر درس گاہ میں داخل کرتے ہی بچے پر کئی مضامین کا بوجھ ڈال دیا جائے اور اسے ان مضامین کی تعلیم پر مجبور کیا جائے' جس کے لیے اس کے اندر طبعی صلاحیت موجود نہ ہو تو وہ پھسڈی ہو جاتا ہے۔ اسے پڑھائی سے کوئی دل چسپی نہیں ہوتی' وہ یا تو درجے میں خاموش بیٹھا رہتا ہے یا عجیب و غریب شرارتیں کرنے لگتا ہے اور اسے جب اپنی شرارتوں یا پڑھائی سے جی چرانے پر سزا ملتی ہے تو وہ درس گاہ سے فرار ہو جانے اور اساتذہ و سرپرستوں کو چکمہ دینے میں عافیت سمجھتا ہے۔ آخرکار وہ تعلیم سے نفرت کرنے لگتا ہے اور پھر درس گاہ کے اوقات میں بھی شہر کے بازار' محلے کی گندی گلیاں اور غیر آباد علاقے اس کی تفریح گاہیں بن جاتی ہیں وہ اوباش لڑکوں کے ساتھ رہنا شروع کر دیتا ہے اور اس طرح اس کا مستقبل تباہ ہو کر رہ جاتا ہے۔

یہی صورت حال اس وقت پیش آتی ہے جب آسان سے مشکل کی طرف لے چلنے کے بجائے اسے مشکل سے مشکل کی طرف لے چلنے پر مجبور کیا جاتا ہے اور مضامین میں کسی ترتیب کا پاس و لحاظ نہیں کیا جاتا۔ ابتدا ہی میں اس پر کسی ایسے مضمون کو تھوپ دیا جاتا ہے جو اس کی عمر اور ذہنی صلاحیت سے باہر ہوتا ہے۔

درس گاہ میں ایک ایسا نازک وقت بھی آتا ہے' جب بچے کو کئی اختیاری

مضامین میں سے ایک یا دو مضامین کا انتخاب کرنا ہوتا ہے' یہ بڑا ہی نازک اور حساس اور پے چیدہ موڑ ہوتا ہے' ایسے موقع پر بچے کے طبعی میلان اور پسند کو ضرور ملحوظ رکھا جائے اگر بچے کو اس کی پسند کے برخلاف مضامین دے دیے جائیں گے تو اس کی جذباتی زندگی میں بڑی دشواریاں پیدا ہو سکتی ہیں اور آیندہ علمی و فنی میدان میں بہت سے نقصانات کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے۔ اختیاری مضامین کے انتخاب میں بچے کے رجحان و میلان کو ضرور پیش نظر رکھنا چاہیے۔

جب بچوں کو اپنی پسند کے مضامین مل جاتے ہیں تو وہ پڑھائی میں قدرتی طور پر دل چسپی لینے لگتے ہیں۔ درجے میں اپنا مقام پیدا کرلیتے ہیں' اساتذہ کی نظروں میں پسندیدہ قرار پاتے ہیں۔ تعلیم میں دل چسپی لینے کی وجہ سے وہ اپنے کو گلی اور بازار کی بری صحبت سے بھی بچائے رکھتے ہیں۔ نتیجہ کے طور پر آیندہ زندگی میں وہ معاشرے کے مفید رکن بن جاتے ہیں۔

مضامین کے انتخاب کے سلسلے میں ہمارے طلبہ کو بڑی دقتوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ والدین عموماً ناخواندہ یا کم خواندہ ہونے کی وجہ سے بچوں کی صحیح رہ نمائی نہیں کرپاتے' بعض والدین تو بچے کو درس گاہ میں داخل کرا کے یہ سمجھتے ہیں کہ انہوں نے اپنی ذمے داری ادا کردی ہے۔ اگر آپ ان سے دریافت کریں کہ آپ کا بچہ کیا مضامین پڑھتا ہے تو لاعلمی کا اظہار کرتے ہیں۔ بعض والدین کو کوئی پیشہ اس قدر پسند آجاتا ہے کہ اس پر فریفتہ ہو جاتے ہیں اور بچے کی طبیعت اور میلان و رجحان کا اندازہ کیے بغیر یہ تہیا کرلیتے ہیں کہ وہ اپنے بچے کو اسی پیشے کی تعلیم دلوائیں گے۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ایسے طلبہ متعلقہ مضمون کے مختلف کورس کسی نہ کسی طرح پورا کرکے معاشرے کے کچے پکے پیشہ ور کارکن بن جاتے ہیں' مگر اکثر بچے اس غیر طبعی تعلیم کو بوجھ سمجھ کر درمیان ہی میں ہمت کھو بیٹھتے ہیں۔ کچھ ایسے بچے بھی ہوتے ہیں جو کسی نہ کسی طرح

کورس پورا کرنے کے لیے جائز و ناجائز طریقوں سے امتحان پاس کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ ایسے بچے کورس مکمل کرکے بھی ناقص رہتے ہیں اور ان کا کردار بھی بری عادتوں سے متاثر ہوچکا ہوتا ہے۔ نتیجتاً" ان سے معاشرے کو نقصان اٹھانا پڑتا ہے۔

اساتذہ بھی عموماً اپنے طلبہ کے طبعی میلان سے زیادہ واقف نہیں ہوپاتے' وہ محض نمبر دیکھ کر انتخاب مضامین کے سلسلے میں سرسری مشورہ دے دیتے ہیں۔ اگر اساتذہ محض ملازمت کو پیش نظر نہ رکھیں' بلکہ طلبہ کے تئیں اپنی تمام ذمے داریوں کو محسوس کریں' تو اس خلا کو پر کیا جاسکتا ہے' ورنہ ہمارے بہت سے طلبہ اور نوجوان غلط انتخاب مضامین کے برے نتائج کا شکار ہوسکتے ہیں۔



باب ششم (بچوں کا بگاڑ اور ان کی اصلاح)

بچے کیوں بگڑتے ہیں؟

آپ کے صحن میں ایک پودا اگ آیا' آپ نے اس پودے کے اوپر کوئی وزنی چیز رکھ دی۔ اب کچھ مدت کے بعد آپ وہ وزنی چیز اٹھائیں گے تو دیکھیں گے کہ وہ پودا ٹیڑھا ہو چکا ہو گا۔ اب یہ پودا جوں جوں بڑھتا جائے گا' اس کا ٹیڑھا پن اور زیادہ نمایاں ہوتا جائے گا۔ پیڑ بڑا ہونے کے بعد اب سیدھا نہ ہو سکے گا۔ البتہ اگر آپ ابھی سے اس پودے کو سیدھا کرنے کی کوشش کریں تو آپ کو بڑی حد تک کامیابی مل سکتی ہے۔ یہی وہ صوت حال ہے جو بچے کے ساتھ پیش آتی ہے۔ اگر بچے کے فطری و جبلی تقاضوں کو پورا نہ کیا جائے تو اس میں کج روی پیدا ہونا ضروری بات ہے۔ اور اس کج روی کو یہ کہہ کر نظرانداز کر دینا مناسب نہیں کہ جب بچہ بڑا ہو گا اور اپنے اچھے برے کو سمجھنے لگے گا' تو اس عادت سے باز آجائے گا۔ یہ انداز فکر بچے کے مستقبل کے لیے بڑا خطرناک ہے۔ کم سنی کے عالم میں بچے کی تربیت کی اہمیت اور افادیت کا بھرپور خیال ہی بچے کو شائستہ و سلیقہ مند بنا سکتا ہے۔

بچہ ایک سادے کاغذ کے مانند ہوتا ہے' جس پر والدین اور گردوپیش کا ماحول جو کچھ نقش کرتا ہے' وہ نقش ہو جاتا ہے اور یہ نقوش بہت نمایاں اور پایہ دار ہوتے ہیں۔ اس لیے کوشش یہ ہونا چاہیے کہ بچے کے ذہن و دماغ میں کوئی غلط بات نہ بیٹھ

سکے اور اس کی عملی زندگی میں کوئی کج روی پیدا نہ ہوسکے۔ اگر آپ اپنے بچے میں کسی بگاڑ کو دیکھیں تو اول فرصت میں' اس کے سبب کا سراغ لگاکر ازالے کی فکر کریں' ورنہ پھر بچے کا سدھرنا مشکل ہو جائے گا۔ ذیل میں ہم بگاڑ کے اہم اسباب اور ان کے تدارک پر روشنی ڈالنے کی کوشش کریں گے۔

والدین یا گھر کے افراد کی باہمی رنجش بچے کے بگاڑ کا ایک بڑا محرک ہوتی ہے۔ جب بچہ اپنے ماں باپ کو یا قریبی افراد کو لڑتے جھگڑتے دیکھتا ہے' روزانہ ان کی تو تو' میں میں' سنتا ہے تو وہ مختلف ذہنی و اخلاقی بیماریوں کا شکار ہو جاتا ہے۔ ازدواجی تعلقات استوار نہ ہوں یا گھر کے افراد کے باہمی تعلقات خوش گوار نہ ہوں تو بچے کا بگڑ جانا یقینی ہے۔ ایسی صورت حال میں گھر کی اصلاح کرنی چاہیے۔ ایک دوسرے کے حقوق کی ادائی پر توجہ دینا چاہیے اور عجز و انکسار سے کام لے کر گھر کے ماحول کو اور خوش گوار بنائے رکھنا چاہیے۔

بچوں کے بگاڑ کا ایک اہم سبب یہ ہے کہ بچے کے سامنے غلط نمونہ پیش کیا جائے۔ جب بچہ اپنے بڑے کو کوئی غلط کام کرتے دیکھتا ہے' تو اسے وہ کام کرنے میں کوئی باک نہیں ہوتا' بچہ اپنی ماں' باپ' بھائی' بہن اور اساتذہ کی عادتوں کو شعوری و غیر شعوری طور پر اختیار کرلیتا ہے۔ اس لیے بچے کے سامنے اپنی عملی زندگی سے کوئی غلط نمونہ پیش نہ کیجیے۔ اپنی زندگی میں دو رخے پن اور بے عملی کو کوئی جگہ نہ دیجیے اور بچے کو ایسے ماحول سے بچائے رکھیے' جہاں بچے کے سامنے کسی بڑے کا غلط نمونہ سامنے آسکتا ہو۔

بری صحبت بچے کو یقینی طور پر بگاڑ کر رکھ دیتی ہے۔ حساس اور شریف الطبع والدین کے بچے بھی بری صحبت میں بگڑ جاتے ہیں۔ اپنے بچوں کے لیے اچھے ہم عمر ساتھیوں کا انتخاب کیجیے۔ اور انہیں صالح ماحول میں پروان چڑھنے کا موقع دیجیے۔ بری صحبت سے بچانے کے لیے بچوں کو تنہائی و گوشہ نشینی کی زندگی گزارنے پر آمادہ نہ کیجیے۔ تنہائی و گوشہ

نشینی کی زندگی بھی بچے کو بہت سے اخلاقی و ذہنی امراض میں مبتلا کر سکتی ہے۔ متوازن شخصیت کی تعمیر کے لیے اچھے ساتھیوں کی صحبت بھی ضروری ہے۔

بچہ جوں جوں بڑا ہوتا ہے اس کے جسمانی قویٰ میں نشوونما کی رفتار بھی بڑھنے لگتی ہے۔ اسی رفتار کے تناسب سے بچے کو صحت پرور مشاغل اور دل چسپ مصروفیات درکار ہوتی ہیں۔ اگر بچے کو اس عمر میں صحت پرور مشاغل مہیا نہ کیے جائیں اور ماحول کو دل چسپ مصروفیات کے لیے سازگار نہ بنایا جائے' تو بے کاری کی وجہ سے بچے کے بگڑنے کا پورا احتمال موجود رہتا ہے۔ اس صورت میں مناسب ہوگا کہ اپنے بچے کے لیے عمر اور صلاحیت کے مطابق دل چسپ اور تعمیری مشاغل فراہم کریں۔ پھر آپ دیکھیں گے کہ آپ کا بچہ ان مشاغل میں مصروف ہو کر بہت سی بری عادتوں سے دور ہوتا جارہا ہے اور اس میں بہت سی خوبیاں پروان چڑھ رہی ہیں۔

بچے میں خود تجربہ کرنے کا داعیہ فطری طور پر موجود ہے۔ اس تجرباتی دور میں بچے سے اگر کوئی نقصان ہو جائے تو اس پر برافروختہ نہ ہویئے' بلکہ بچے کی شخصیت کی تعمیر کے لیے اس نقصان کو خندہ پیشانی سے برداشت کر لیجیے مثلاً آج ہی آپ ٹیپ ریکارڈر لے کر آئے' کئی بار اس کو آپ نے آن اور آف کیا' کئی بار آواز آہستہ اور بلند کی' پھر آپ گھر سے باہر چلے گئے' ٹیپ آپ کی میز پر رکھا ہوا ہے' کمرے میں صرف آپ کا ٹیپ ہے اور ''منا'' ہے۔ منا بھی اس کو آپ کی طرح آن کرنے کی کوشش کرتا ہے' وہ سوئچ ادھر ادھر گھماتا ہے' الٹے سیدھے بٹن دبانے سے ٹیپ میں کچھ خرابی آجاتی ہے' اسی دوران آپ کمرے میں داخل ہوتے ہیں' ٹیپ ہاتھ میں لے کر آن کرنا چاہتے ہیں۔ مگر ٹیپ سے کوئی آواز نہیں آرہی ہے' آپ منے پر برس پڑتے ہیں۔ خوف سے اس پر لرزہ طاری ہو جاتا ہے۔ غور کیجیے یہاں پر آپ نے بچے کی تجرباتی صلاحیت کا خون کیا ہے۔ اب بچہ کوئی بھی نیا تجربہ کرنے سے گریز کرے گا۔ جس کے نتیجے میں اس کے اندر نکما پن پیدا ہو جائے گا۔ بچے پر برافروختہ ہوتے وقت آپ یہ

بھول گئے کہ آپ بھی تجربہ کرتے وقت بہت سے نقصانات کر بیٹھتے ہیں۔ اس لیے بچے کے جائز تجربہ و تجسس سے چشم پوشی کیجیے البتہ اگر آپ یہ دیکھیں یا محسوس کریں کہ بچے کا کوئی تجربہ نادانی کی وجہ سے بگاڑ کا سبب بن سکتا ہے تو اسے محبت اور نرمی سے روکیے۔

اگر بچے کے جبلی تقاضوں کی تکمیل نہ کی جائے اور فطری خواہشوں کو جائز طور پر پورا نہ کیا جائے تو اس کا قوی اندیشہ رہتا ہے کہ بچے غلط طریقے سے اپنی فطری خواہشوں کو پورا کریں' لہٰذا آپ بچے کے فطری تقاضوں کی تکمیل کا بھرپور اہتمام کریں۔ البتہ غیر معمولی لاڈ پیار سے بچے کو بگڑنے نہ دیجیے۔ زیادہ لاڈ پیار بھی بچے کو بگاڑ دیتا ہے۔ اس سلسلے میں توازن و اعتدال کی بڑی سخت ضرورت ہے۔ ذرا سی بے اعتدالی بھی بچے کو بگاڑ سکتی ہے۔

بعض بچے ماں باپ کی جائز محبت و شفقت سے بھی محروم رہ جاتے ہیں اور یہ محرومی ان کے اندر بہت سی ذہنی و اخلاقی بیماریوں کا موجب بن جاتی ہے۔ بچہ اپنے ماں باپ سے بجا طور پر محبت و نازبرداری کی توقع رکھتا ہے اور جب اس کی توقع پوری نہیں ہو پاتی تو اس میں جھنجلاہٹ اور ہیجانی کیفیت کا پیدا ہو جانا فطری بات ہے۔ ایسی صورت میں آپ اپنے بچے سے غیر مشروط محبت کیجیے' وہ آپ کی محبت کا بھوکا ہے' اپنی عملی زندگی سے اسے اپنے پیار اور محبت کا یقین دلائیے۔ یہ پیار اور محبت بہت سی خرابیوں کا کامیاب ترین علاج ہے۔

اگر بچہ آپ کے رویے یا کسی جسمانی کم زوری کی وجہ سے احساس کم تری کا شکار ہو کر بگڑنے لگا ہے' تو فوراً اپنے رویے کی اصلاح کیجیے۔ کسی بات پر چڑانا' بات بات پر ٹوکنا' تحقیر و تذلیل کا رویہ اختیار کرنا بچے کے اندر احساس کم تری کو پیدا کر دیتا ہے اور یہ احساس کم تری بہت سے نقائص کا پیش خیمہ بن جاتا ہے۔

گھر کے ماحول میں اگر معیاری اور اعلیٰ تصورات موجود نہ ہوں' بلکہ

غیر معیاری اور پست خیالات پائے جاتے ہوں تو بچے سے بلند کردار کی امید رکھنا' جو بو کر گیہوں کی امید رکھنے کے مترادف ہے۔ ایسے ماحول کے پروردہ بچے میں سفلی پن پایا جانا لازمی ہے۔ بہتر کردار کی تشکیل کے لیے گھر کے ماحول کا اعلیٰ تصورات اور بلند خیالات سے معمور ہونا ضروری ہے۔

تعلیم و تربیت کا موجودہ نظام بچوں کے بگاڑ کا اہم سبب بنا ہوا ہے۔ نصابی کتب میں اخلاقی مواد کی کمی اور بے مقصد مواد کی بہتات' تعلیم گاہوں کا ماحول' اساتذہ و طلبہ کے باہمی تعلقات کی ناخوش گواری وغیرہ جیسے اسباب سے موجودہ درس گاہیں بگاڑ کا اڈا بن گئی ہیں۔ ہمیں اپنے ملک کے تعلیمی نظام کی اصلاح کی کوشش میں بھرپور حصہ لینا چاہیے۔ اور اپنے بچوں کے لیے ایسی درس گاہوں کا انتخاب کرنا چاہیے جہاں مذکورہ خامیاں نسبتاً کم ہوں۔

کیا اصلاح کے لیے سزا ضروری ہے؟

سزا کے سلسلے میں عموماً تین تصورات پائے جاتے ہیں۔ بعض لوگ اس بات کے قائل ہیں کہ بچے کی اصلاح کے لیے سزا بہت ضروری ہے۔ اس خیال کے حامی بعض اوقات سخت سزا کو بھی ناگزیر سمجھتے ہیں۔ بعض ماہرین تعلیم بچے کے لیے سزا کو نہ صرف غیر ضروری بلکہ مضر سمجھتے ہیں۔ ان کے خیال میں بچہ سزا سے سدھرنے کے بجائے بگاڑ کی طرف مائل ہوتا ہے۔ اگر وقتی طور پر سزا سے بچے میں اصلاح و تبدیلی نظر بھی آئے تو وہ اسے عارضی و وقتی خیال کرتے ہیں' جس کی تہہ میں بغاوت و ردعمل کے ناخوش گوار احساسات مخفی ہوتے ہیں' جو مستقبل میں خطرناک نتائج کا پیش خیمہ ثابت ہو سکتے ہیں۔

ان دونوں تصورات سے مختلف تیسرا تصور یہ ہے کہ بچے کی اصلاح شفقت و محبت سے کی جائے۔ ناگزیر صورتوں میں ہلکی سی سزا بھی دی جا سکتی ہے مگر سزا کے فوراً

بعد حسن سلوک سے اس کی تلافی کردی جائے۔ بچے کو اتنا پیار دیا جائے کہ اس کے دل میں پھر کوئی میل باقی نہ رہے۔ اسلامی نظام تربیت کی روح بھی یہی تقاضا کرتی ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے ارشادات اور عمل سے واضح ہوتا ہے کہ آپؐ دعوت و تبلیغ اور اصلاح و تربیت کے سلسلے میں سختی کے بجائے نرمی' دھمکانے کے بجائے خوش خبری کے قائل تھے۔ البتہ آپؐ نے بعض ہلکی پھلکی سزائیں بھی دی ہیں۔ اسلام کا نظام تعزیرات اگرچہ بچوں پر نافذ نہیں ہوتا مگر اس سے اتنی بات تو سمجھ میں آتی ہے کہ سزا کا بہرحال ایک مقام ہے اور اس کی قطعاً نفی کردینا قانون فطرت کے خلاف ہے۔ البتہ سزا کا نمبر اس وقت آتا ہے جب اصلاح کی تمام انسانی کوششیں ناکام ہوتی نظر آئیں۔ سزا میں تنفر و انتقام کا جذبہ تو شامل ہونا ہی نہیں چاہیے۔

میرے خیال میں بچے کو سخت سزا دینا یا بات بات پر سزا دینا اگر ایک انتہا ہے' تو سرے سے سزا کا انکار کردینا اور آخری درجے میں بھی ہلکی پھلکی سزا کو مضر سمجھنا بھی ایک دوسری انتہا ہے۔ اعتدال و توازن کی راہ یہی ہے کہ بچے کی اصلاح و تربیت' محبت و شفقت ہی سے کی جائے' البتہ آخری درجے میں ہلکی پھلکی سزا بھی دی جاسکتی ہے' مگر یہ سزا بھی پیار کے جذبات سے سرشاری کے عالم میں دی جائے اور جتنی جلد ممکن ہو اس کی تلافی کردی جائے۔

بچے کو اگر سزا دینا ناگزیر ہو تو چند باتیں ضرور ملحوظ رکھیے :

○ بچے کو کبھی دوسروں کے سامنے سزا نہ دیجیے۔ خاص طور پر مہمانوں اور اس کے ہم عمر ساتھیوں کے سامنے سزا دینا اس کی عزت نفس کو پامال کرنا ہے۔ جس طرح آپ دوسروں کے سامنے ذلیل ہونا پسند نہیں کرتے' اسی طرح بچہ بھی دوسروں کے سامنے رسوا نہیں ہونا چاہتا۔ اگر بچہ یہ محسوس کرے کہ اب دوسروں کی نظروں میں اس کی کوئی وقعت نہیں رہی تو وہ ڈھیٹ ہوجاتا ہے اور غلط کام کرنے میں کوئی باک محسوس نہیں کرتا۔

○ کسی ایسے جرم پر بچے کو سزا نہ دیجیے جس کو وہ جرم نہیں سمجھ رہا ہے جو غلطی اس نے انجانے میں کی ہے' اس کے بارے میں اسے اتنا بتا دینا ہی کافی ہے کہ یہ غلط کام ہے۔ مثال کے طور پر بچہ آپ کے پاس بیٹھا ہے۔ آپ لکھنے میں مشغول ہیں' قلم لکھتے لکھتے بند ہو جاتا ہے' تو آپ دوات میں سے قلم میں روشنائی ڈال کر لکھنا شروع کر دیتے ہیں۔ اسی دوران کوئی ملاقاتی آتا ہے آپ اٹھ کر اس سے ملنے کے لیے چلے جاتے ہیں۔ بچہ آپ کا قلم اٹھاتا ہے اور لکھنے کی کوشش میں میز پر پھیلے ہوئے کاغذات پر قلم چلانا شروع کر دیتا ہے۔ جب اسے یہ محسوس ہوتا ہے کہ قلم نہیں چل رہا ہے تو وہ آپ کی طرح دوات کھول کر قلم میں روشنائی انڈیلنا چاہتا ہے مگر روشنائی قلم میں جانے کے بجائے میز پر گر جاتی ہے۔ میز پوش اور کچھ کاغذات گندے ہو جاتے ہیں۔ بچہ اپنے ہاتھ اور دامن سے جلدی جلدی صاف کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ اس دوران آپ واپس آجاتے ہیں' بچہ سہم جاتا ہے اگر آپ بچے کو مارنا جھڑکنا شروع کر دیں تو اس سے دو نقصان ہوں گے ایک یہ کہ بچے کے دل میں خوف بیٹھ جائے گا۔ دوسرے یہ کہ اس کی تجرباتی نشوونما رک جائے گی۔ وہ نئے نئے تجربات کرنے سے باز رہے گا اور اس کی ذہانت بری طرح متاثر ہو جائے گی۔ وہ مستقبل کی زندگی میں زیادہ غور و فکر اور حرکت و عمل کے بجائے تعطل و جمود کا عادی ہو جائے گا۔ آپ ذرا سنجیدگی سے سوچیے بچے نے کوئی جرم تو نہیں کیا ہے؟ اس نے صرف آپ کی تقلید ہی تو کی ہے جو اس کی فطرت کا لازمہ ہے۔ کیا آپ اسے اپنا فرماں بردار بیٹا بنانا نہیں چاہتے؟ کیا آپ کی یہ خواہش نہیں کہ وہ آپ کے نقش قدم پر چلے؟ پھر سوچیے اس نے ایک تجربہ ہی تو کیا ہے۔ آپ سے بھی تو تجربات کے دوران بہت سے نقصان ہوئے ہیں۔ پرسوں ہی کی تو بات ہے کہ آپ کا ٹی وی خراب ہو گیا تھا' آپ نے درست کرنے کے لیے اسے کھولا' بہت سے پرزے ادھر سے ادھر کر دیے' جب آپ مکینک کے یہاں گئے تو اس نے بتایا کہ اس میں کوئی خاص کمی نہیں ہے۔ البتہ کسی شخص نے پرزے غلط فٹ کر دیے

ہیں۔ ذرا سوچیے! آپ اس عمر میں جب کہ دنیا بھر میں گھومتے پھرتے ہیں' تجربہ کرتے ہوئے غلطی کر بیٹھتے ہیں تو بچہ جس نے ابھی اچھی طرح دنیا بھی نہیں دیکھی ہے' اگر تجربے کے دوران غلطی کر بیٹھتا ہے تو اسے سزا دینے کا کیا جواز ہے۔

بچے نے یہ سب کچھ آپ کی تقلید میں کیا' اس کی نظر میں یہ کوئی غلطی نہ تھی اس لیے ایسے موقعوں پر آپ اپنے غصے کو ضبط کریں اور بچے کی غلطی کو نظرانداز کر دیں۔

○ بچے کو بار بار سزا دینا بھی مناسب نہیں۔ سزا اگر عادت بن جائے تو غیر موثر ہو کر رہ جاتی ہے۔ بچہ اسے معمولی چیز سمجھ کر کوئی اہمیت نہیں دیتا' وہ بار بار سزا پانے کے بعد یہ سوچنے لگتا ہے کہ اس سے بڑی سزا اور کیا ہو گی۔ تھوڑی سی تکلیف ہی سہی وہ جرم میں جو لطف و لذت محسوس کرتا ہے' اس کے مقابلے میں سزا کی تکلیف بہت معمولی محسوس ہونے لگتی ہے۔

○ بچے کو جب سزا دی جائے تو اسے لعن طعن بالکل نہ کیا جائے۔ عام طور سے دیکھا گیا ہے کہ والدین جب بچے کو سزا دیتے ہیں تو کم بخت' الو' کتا' سور' کمینہ' نالائق اور بدتمیز جیسے خطابات سے بھی اسے نوازتے رہتے ہیں۔ بعض والدین تو مغلظات تک کا استعمال کرتے ہیں۔ اگر والدین کا یہ رویہ بار بار سامنے آئے تو بچے کی نظر میں ان فقروں کی کوئی اہمیت نہیں ہوتی اور ان فقروں کی بے اثری کے ساتھ سزا بھی بے اثر ہو کر رہ جاتی ہے۔ اور جو بچے ان فقروں کا اثر لیتے ہیں' ان کی ذہنی نشوونما بری طرح متاثر ہوتی ہے اور وہ احساس کم تری کا شکار ہو کر آگے بڑھنے کا حوصلہ کھو بیٹھتے ہیں۔

○ سزا کی ایک موثر اور کارگر صورت یہ ہے کہ اگر بچہ سمجھانے بجھانے سے نہیں مان رہا ہے' تو اسے دل چسپ مشاغل سے جدا رہنے کی سزا دی جائے۔ اس سزا کا بہت جلد اور خاطرخواہ نتیجہ ظاہر ہوتا ہے۔ کیوں کہ بچہ ہر بات کو برداشت کر سکتا ہے' مگر اپنے دل چسپ مشاغل سے محروم رہنا کبھی گوارا نہیں کر سکتا۔ سزا کا یہ انداز دوررس بھی ہوتا ہے۔ بچہ اس خیال سے ہمیشہ غلطی کرنے سے باز رہتا ہے کہ اسے پھر

دل چسپ مشاغل سے محروم کردیا جائے گا۔ یہ تفریحی سزا جسمانی سزا کے مقابلے میں زیادہ کارگر اور موثر ہے۔ اللہ کے رسول صلی اللہ علیہ وسلم نے بھی اس طریقے کو اپنانے کی تلقین فرمائی ہے۔

○ جب بچہ آپ کی تادیبی کارروائی سے جرم کرنا چھوڑ دے تو آپ حسب توفیق اتنا ضرور کریں کہ اسے انعام دیں' چاہے وہ ایک ٹافی ہی کیوں نہ ہو تاکہ بچے کے تعمیری پہلو کو تقویت حاصل ہو اور اس کے اندر آیندہ غلطی نہ کرنے کا جذبہ پیدا ہو۔ اسی طرح اچھے کاموں اور بہتر کارکردگی پر انعامات دے کر بچوں کی حوصلہ افزائی ضرور کیجیے' لیکن انعام کا اسے عادی نہ بنایا جائے کہ وہ انعام ہی کی آرزو کرتا رہے' بلکہ انعام کی مقدار اور اوقات میں بھی اعتدال کو ملحوظ رکھنا ضروری ہے۔

○ اگر بچہ غلطی کرکے توبہ کرلے یا آیندہ نہ کرنے کا عہد کرے تو اسے معاف کردیجیے۔ غلطی کا احساس ہوجانے کے بعد معاف کردینا غلطی کی بہترین سزا ہے اگر بچہ غلطی کے ارتکاب سے انکار کررہا ہے تو زبردستی غلطی اس کے سرپر نہ تھوپیے' اس کا انکار کرنا ہی اس بات کی دلیل ہے کہ وہ غلطی کو معیوب سمجھ رہا ہے' اس لیے یہ توقع رکھیے کہ وہ آیندہ غلطی نہیں کرے گا۔

○ غلطی کی جس قدر اصلاح ہوتی جائے' اس پر شاباشی دے کر اس کی ہمت بڑھایئے تاکہ وہ باقی غلطی کی بھی اصلاح کرلے۔ یہ توقع ہرگز نہ رکھیے کہ بچہ تمام برائیوں سے یک لخت پاک ہوجائے گا یا تمام خوبیاں اس میں فوراً ہی نمودار ہوجائیں گی۔

چند بری عادتیں

غصہ

غصہ ایک بہت بڑی کم زوری ہے' یہ خامی انسان کی نیکیوں اور خوبیوں کو اس طرح ضائع کردیتی ہے جیسے ایلوا شہد کی مٹھاس کو ضائع کردیتا ہے۔ غصہ پی جانے والوں کو اللہ اجروثواب کی خوش خبری سناتا ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا :

"بہادر شخص وہ نہیں جو دوسرے کو کشتی میں پچھاڑ دے' بلکہ اصل بہادر وہ ہے جو غصے کے وقت اپنے اوپر قابو رکھے"۔

غصے میں انسان اپنے ہوش و حواس کھو بیٹھتا ہے' اس کا دماغ اپنا توازن کھودیتا ہے اور انسان غصے میں بعض اوقات ایسے کام بھی کرڈالتا ہے کہ غصہ ختم ہوجانے کے بعد وہ خود بھی خفیف و شرمندہ ہوتا ہے۔ صحت کے لحاظ سے بھی غصہ بہت نقصان دہ ہے' اس سے اعصاب اور ذہن و دماغ متاثر ہوتے ہیں۔ انسان جسمانی طور پر کم زور ہوجاتا ہے' کیوں کہ غصے سے جسم میں ایک اضافی توانائی پیدا ہوتی ہے اور بار بار غصے کی صورت میں اس توانائی کے خرچ ہونے سے جسم میں ضعف کا پیدا ہونا لازمی ہے۔ غصے کی حالت میں آدمی دماغ کو استعمال کرنے سے معذور ہوجاتا ہے۔ انسان غصے کے وقت تمام افعال جذبات ہی کی رو میں کرتا ہے۔ ظاہر ہے بار بار عقل و دانش کا ماؤف ہوجانا کسی صورت میں مستحسن نہیں ہے۔

آپ دیکھیں گے کہ بچے کو غصہ اس وقت آتا ہے جب وہ کچھ کرنا چاہے اور کوئی اس کی خواہش میں رکاوٹ ڈال دے۔ ایسی حالت میں بچہ جھنجلا جاتا ہے اور غصے کا اظہار کرکے اپنی شکست کا اعتراف کرلیتا ہے یا پھر اپنی بات منوانے کے لیے ضد کرنا شروع کردیتا ہے۔ بچے کے غصے کو رفع کرنے کے لیے یہ کس قدر آسان ہے کہ وہ

جو کچھ کرنا چاہے اسے خوشی خوشی کرنے دینا چاہیے۔ آپ کے اس رویے سے بچے میں غصیلاپن اور جھنجلاہٹ نہ پیدا ہوسکے گی۔ اگر پھر بھی کسی بات پر بچے کو غصہ آئے تو اس کے محرکات کا پتا لگاکر اسے دور کیجیے اور بچے کو پیار و شفقت سے سمجھانے کی کوشش کیجیے۔

بچے کو اس وقت بھی غصہ آجاتا ہے' جب وہ کوئی بات کہنا چاہتا ہے' مگر مخاطب اس کی بات نہیں سمجھ پاتا' ایسے موقعوں پر آپ سکون و صبر سے اس کی بات سمجھنے کی کوشش کریں' اگر بچہ اپنی بات نہ سمجھا پانے پر جھنجلا رہا ہے تو آپ نہ سمجھ سکنے کی وجہ سے جھنجلاہٹ کا بالکل اظہار نہ کیجیے۔ صبروتحمل سے اس کی بات کو سمجھنے کی کوشش کیجیے اور بات سمجھ جانے کے بعد اس کی کوشش پوری کردیجیے۔ آپ دیکھیں گے کہ بچہ غصہ کرنے کا عادی نہ ہوسکے گا۔

بیماری کے سبب بھی بچے میں چڑچڑاپن آجاتا ہے۔ وہ طرح طرح کی خواہشوں کا اظہار کرتا ہے' جن کی تکمیل اس کے لیے نقصان دہ ہوتی ہے۔ وہ معمولی معمولی بات پر جھنجلا اٹھتا ہے۔ اسکی اصل وجہ یہ ہوتی ہے کہ بچہ تکلیف کی وجہ سے محبت کا زیادہ خوگر ہوجاتا ہے' کچھ ذائقہ خراب ہوجانے سے اس کے مزاج میں تلخی پیدا ہوجاتی ہے۔ اس زمانے میں اگر بچے کے ساتھ کچھ زیادہ محبت سے پیش آیا جائے تو توقع ہے کہ بچے کے چڑچڑے پن پر بہت جلد قابو پایا جاسکتا ہے۔

اگر بچے کو کھیل کود کے بہتر مواقع نہ ملیں' اسے ہم ذوق ساتھیوں کا ساتھ میسر نہ آسکے' دل چسپ اور نشاط انگیز مشاغل اس کو مہیا نہ ہوں' تو بچہ اپنی دنیا میں مگن رہنے لگتا ہے۔ اندرون بینی کے اس عالم میں بچہ اپنے آپ کو بہت اہم تصور کرنے لگتا ہے۔ اپنے معاملات میں دوسروں کی دخل اندازی اس کو غصہ دلانے کے لیے کافی ہوتی ہے۔ ایسی صورت میں بچے کو کھیل کود کے کافی مواقع اور دل چسپ مشاغل فراہم کرنا چاہیے' تاکہ بچے کا ذہن محو بالذات ہونے کی بجائے دوسرے مشاغل میں

منہمک رہے۔ اس کی توجہات بٹی رہیں اور اس کی اندورن بینی پر ضرب کاری لگے۔ اپنے ہم عمر بچوں کی معاشرتی سرگرمیوں میں شریک ہو کر اسے معاشرتی زندگی بسر کرنے کا سلیقہ آتا ہے اور اس کے معاشرتی شعور کو جلا ملتی ہے۔

بچپن میں اگر بچے کو جھنجلاہٹ اور غصے پن سے محفوظ رکھا جائے تو غصے کی لعنت سے بچا جا سکتا ہے۔ اس سلسلے میں اس بات کا خاص طور پر خیال رکھا جائے کہ کم زور بچہ اپنی کم زوری کے لیے غصے کا سہارا لیتا ہے' اس لیے کم زور بچوں کا خیال رکھا جائے۔ ان کے لیے ایسے مواقع فراہم کیے جائیں کہ وہ ناکامی کا شکار نہ ہوں' ورنہ خدشہ ہے کہ ان میں جھنجلاہٹ و غصہ زیادہ پختہ ہو جائے۔

خوف

بچہ پیدائشی طور پر کسی چیز سے خوف نہیں کھاتا۔ آپ ایک دو ماہ کے بچے کو ایک کمرے میں لے جائیے' وہ قطعاً خوف نہ کھائے گا۔ آپ اسے اونچا اچھال دیجیے یا کسی خوف ناک چیز کا سامنا کرا دیجیے' اسے بالکل ڈر نہیں لگے گا۔ اس لیے کہ بچے کے احساسات ابھی بیدار نہیں ہوئے ہیں۔ بچہ جب پانچ چھے ماہ کا ہو جاتا ہے تو اسے خوف محسوس ہونے لگتا ہے' بچہ اس عمر میں آیندہ زندگی کے لیے سیکھتا ہے۔ اگر والدین اس چھوٹی سی عمر میں بچے کی تربیت پر توجہ دیں تو بچے کے اندر خوف اور ڈر کا احساس متوازن رخ پا سکتا ہے۔ ورنہ بچے کی ناقص تربیت اسے ڈرپوک اور وہمی بنا دے گی۔ ڈاکٹر والٹن کا کہنا ہے کہ تین برس کی عمر تک بچے کی جذباتی زندگی کی بنیادیں تقریباً مکمل طور پر رکھ دی جاتی ہیں۔

بچے میں خوف کی ایک بنیادی وجہ اس کی لاعلمی ہے مثلاً بچہ اندھیرے میں ڈرتا ہے۔ اس لیے کہ وہ نہیں جانتا کہ اندھیرا کیا ہے؟ یہ کیوں ہوتا ہے؟ اس لیے وہ اندھیرے سے ڈرنے لگتا ہے؟ اگر بچے کے شعور میں یہ بات بیٹھ جائے کہ اندھیرا کوئی

غیر قدرتی چیز نہیں ہے' اس میں کوئی مضر یا نقصان دہ چیز چھپی ہوئی نہیں ہے تو بچہ اندھیرے سے ڈرنا چھوڑ دے گا' بقول ڈاکٹر ابن فرید "مرزا پھوپھا نے جب بندوق خریدی تو اس احتیاط سے بندوق کو کوٹھری میں بند کر دیا کہ کوٹھری کے دروازے تک بھی جانے کے لیے کسی کو اجازت نہ دیتے۔ ان کو خطرہ تھا کہ اگر کوئی کوٹھری کے دروازے کی کنڈی کھٹکھٹائے گا تو بندوق چھوٹ جائے گی۔ یہ خطرہ انہیں اس لیے تھا کہ وہ بندوق کا استعمال ہی نہ جانتے تھے۔ انہوں نے محض لوگوں پر رُعب جمانے کے لیے بندوق خرید کر رکھ لی تھی۔" بچہ اگر کسی چیز سے لاعلمی کی وجہ سے ڈرتا ہے تو اس چیز کے بارے میں صحیح معلومات اسے فراہم کر دی جائیں۔ توقع ہے کہ بچہ خوف کھانا ترک کر دے گا۔ ایک ماں نے جب یہ محسوس کیا کہ اس کا بچہ اندھیرے سے ڈرتا ہے تو اس نے بچے کو ایسے کھلونے لا کر دیے جو اندھیرے میں چمکتے تھے۔ اب بچہ ان کھلونوں میں دل چسپی لینے لگا۔ اندھیرا ہوتے ہی وہ ماں کو چمٹنے یا رونے کے بجائے کھلونوں میں مصروف ہو جاتا' اس طرح اس کا اندھیرے سے خوف بالکل ہی جاتا رہا۔ ایک بار میں نے اپنے بچے کو شیروانی دی اور کہا "اسے اوپر والے کمرے میں رکھ آؤ"۔ بچہ کمرے کے دروازے تک گیا اور واپس آ گیا۔ اس نے بتایا کہ کمرے میں اندھیرا ہے' اس لیے میں کمرے کے اندر نہیں گیا۔ میں نے بچے کو اپنے ہم راہ لیا اور اندھیرے کمرے میں داخل ہو گیا۔ بچہ بھی میرے ساتھ داخل ہو گیا۔ شیروانی ہینگر میں لٹکائی اور واپس چلے آئے۔ اب جب کبھی بھی میں کوئی چیز بچے کو اوپر کے کمرے میں رکھنے کو دیتا ہوں تو وہ اندھیرے میں بھی رکھ آتا ہے کیوں کہ وہ سمجھ گیا ہے کہ اندھیرے کی حقیقت کیا ہے۔

ایک بچہ اپنے سایے سے بہت ڈرتا تھا۔ اسے ایک ماہر نفسیات کے پاس لے جایا گیا' ماہر نفسیات نے دیوار پر اپنے ہاتھ کا سایہ ڈالا اور دوسرے ہاتھ سے اس کو خوب ٹٹولا اور بچے کو بتایا کہ یہ سایہ بالکل بے ضرر ہے۔ ڈاکٹر نے بچے کے یہ بات بھی

ذہن نشین کرائی کہ سایہ کس طرح بنتا ہے۔ اگر روشنی دائیں جانب سے آرہی ہو تو سایہ دائیں جانب ہوگا۔ نتیجہ یہ ہوا کہ بچے نے سایے سے ڈرنا چھوڑ دیا۔ بچہ نالی کے پاس پہنچنے والا ہی تھا کہ ماں نے چیخ کر کہا خبردار اب بچہ جہاں بھی نالی دیکھتا ہے رونا شروع کردیتا ہے حالاں کہ نالی کوئی ایسی چیز نہیں ہے جس سے خوف کھایا جائے، مگر نالی دیکھتے ہی بچے کے ذہن میں ماں کی چیخ گونجنے لگتی ہے۔ بہت سے خوف اس قسم کے ہوتے ہیں کہ اصل خوف ناک چیز کا خوف بے ضرر چیز کی طرف منتقل ہوجاتا ہے۔ ایک ماہر نفسیات ڈاکٹر کے پاس ایک مریض کو لایا گیا، جو تنگ گلیوں سے بہت ڈرتا تھا۔ مرض کی تاریخ مرتب کرنے پر پتا چلا کہ بچپن میں یہ شخص ایک کباڑیے کی دکان سے واپس لوٹ رہا تھا کہ محلے کی ایک تنگ و تاریک گلی میں ایک کتا اس کا راستہ روک کر کھڑا ہوگیا اور اس قدر زور سے بھونکنے لگا کہ اس شخص کا حال برا ہوگیا کسی طرح جان چھڑا کر اپنے گھر پہنچا آہستہ آہستہ اس کا خوف کتے سے تنگ گلی کی طرف منتقل ہوتا چلا گیا۔ اس طرح کے حادثات سے بہت حکمت سے نمٹا جائے ورنہ یہ متعدد ذہنی الجھنوں اور بے جا خوف کی بنیاد بنتے ہیں اور جذباتی زندگی کو تباہ کرکے رکھ دیتے ہیں۔ بچوں کے کھیلنے اور سونے کی جگہوں کو ڈراؤنی چیزوں کی زد اور شوروہنگامہ سے حتیٰ الامکان محفوظ رکھنا چاہیے۔

بچہ اس چیز میں بھی خوف کھانے لگتا ہے جسے وہ اپنی بساط سے باہر محسوس کرتا ہے، مثلاً وہ چیزیں جو دیکھنے میں اسے اپنے سے زیادہ بڑی محسوس ہوں۔ آپ نے دیکھا ہوگا کہ بچہ اونچی کرسی یا دیوار پر بیٹھنے سے ڈرتا ہے، کیوں کہ وہ ان سے نیچے اترنے کو اپنی طاقت سے باہر تصور کرتا ہے۔ اس طرح کا خوف بڑی آسانی سے دور کیا جاسکتا ہے۔ آپ بچے کو یہ شعور دلادیں کہ یہ چیزیں اس کی طاقت سے بالاتر نہیں ہیں۔

ایسا بھی ہوتا ہے کہ بچہ کسی چیز سے کھیل رہا ہے، ماں نے اس چیز کے ٹوٹنے یا خراب ہوجانے کے اندیشے سے وہ چیز زبردستی بچے سے چھین لی اور اسے ڈانٹ بھی

دیا یا کسی ڈراؤنے خیال سے ڈرا دیا نتیجتاً" بچہ سہم جاتا ہے اور وہ ممنوعہ چیز ہی سے خوف کھانے لگتا ہے۔ ماں تو یہ سمجھتی ہے کہ اس نے ٹھیک ایک چیز کو خراب ہونے سے بچالیا' مگر بچے کی جذباتی زندگی خراب ہونے کا اسے احساس نہیں ہوتا۔ اگر ماں ذرا سا صبر و تحمل کرے اور بچے کو شفقت و محبت سے سمجھائے تو اس کی زندگی کو تباہی سے بچایا جاسکتا ہے۔ بچے میں خوف کے تدارک کے لیے جسمانی سزاؤں کا اصول تقریباً ترک کردینا چاہیے۔ بے جا مار پیٹ اور بے جا دھمکیوں سے بچے کے دل میں ایک دہشت سی بیٹھ جاتی ہے' جس سے مستقبل میں مختلف قسم کے خوف پیدا ہوجاتے ہیں۔ بچے کو چڑیل' جن' دیو' بھوت' بابا جیسی موہوم خوف ناک چیزوں کے نام سے بھی نہ ڈرایئے۔ محض اپنے آرام کے لیے اکثر مائیں ان چیزوں سے ڈرا کر بچوں کو سلادیتی ہیں' مگر انہیں اس کا احساس نہیں ہوتا کہ بچہ خوف سے سہم جاتا ہے اور بچے کے اندر جرات و دلیری کے بجائے خوف و دہشت کے اثرات قوی ہوجاتے ہیں۔

بچے کی سیرت پر ماں باپ کی سیرت و کردار کا بڑا اثر پڑتا ہے اگر آپ دھماکا سن کر سہم جاتے ہیں تو آخر آپ کا بچہ کیوں نہ سہمے گا۔ اگر رات میں کسی انجانی آواز کو سن کر آپ اپنا منہ لحاف میں چھپالیتے ہیں تو بچہ ایسا کیوں نہ کرے گا۔ بچہ کسی بھی چیز سے ڈرتے ہوئے اپنے ماں باپ کو دیکھے گا تو خود بھی اس سے ڈرنے لگے گا اگر آپ بچے کو نڈر اور دلیر بنانا چاہتے ہیں تو اس کا سہل نسخہ یہ ہے کہ آپ اپنی زندگی سے خوف اور بزدلی کو دور کردیجیے۔ بچے کے سامنے خوف کی نقل بھی نہ کیجیے۔ دیکھا گیا ہے کہ بچے کے ساتھ کھیلتے ہوئے اکثر مائیں یہ کہہ کر لحاف میں منہ چھپالیتی ہیں "وہ آگیا الو" "وہ آگئی ڈائین" خوف کا یہ مظاہرہ بھی بچے کے دل و دماغ پر ایک تاثر قائم کردیتا ہے۔ بچے کے سامنے کسی قسم کے خوف کا مظاہرہ نہ کیجیے یہاں تک کہ خوف کی نقل کرنے سے بھی پرہیز کیجیے۔ بچوں کو ڈائن' چڑیل' بھوت' جن وغیرہ کی کہانیاں بھی نہ سنایئے' بلکہ ایسی دل چسپ کہانیاں سنایئے جن سے بچوں کے لیے نشاط و شگفتگی کا

سامان ہو اور ان میں جرات و ہمت پیدا ہو۔ اگر بچپن میں بچے کے دل میں خوف کا جذبہ پیدا ہو جائے تو وہ بڑے بڑے خطرات میں بلکہ معمولی معمولی حادثات سے بھی ہمت ہار بیٹھے گا۔ بچے کو کم سنی میں دلیر اور بہادر بنائیے۔ بچے کو دلیر اور بہادر بنانے کا پروگرام اسی صورت میں کامیاب ہو سکتا ہے جب کہ والدین اور خصوصاً ماں بے خوفی کی بہترین مثال پیش کرے۔ بچہ شیر خوارگی کے عالم میں تمام حرکات و سکنات میں ماں کی تقلید کرتا ہے۔

دیہاتی گھرانوں اور بعض شہری گھرانوں میں بھی عموماً اندھیرے کمرے میں سونے کا معمول ہے' سونے کا وقت ہوا اور جلتا ہوا دیا بجھا دیا یا بلب آف کر دیا اور لیٹ گئے مگر اس ننھے معصوم کا کوئی خیال نہ کیا جو ابھی روشنی میں کھیلنا چاہتا تھا۔ بچہ کھیلنے کا خواہش مند ہے' مگر اب اسے کچھ نظر نہیں آرہا ہے۔ اس اضطراب میں وہ چاروں طرف گھور گھور کر دیکھتا ہے مگر اسے مایوسی اور اضطراب کے علاوہ کچھ حاصل نہیں ہوتا اس اضطراب اور مایوسی سے بچے میں خوف کی ابتدا ہوتی ہے۔ اس لیے بہتر ہے کہ سوتے وقت کمرے میں روشنی کا کوئی نہ کوئی انتظام ہو تاکہ بچہ بے دار ہو کر بھی کھیلنا چاہے تو کھیل سکے۔ روشنی سے بچے کو پیشاب کرنے یا پاخانہ کرنے' اس کے گندے اور گیلے کپڑے اور بستر بدل دینے میں بھی سہولت ہو گی۔

یہ بات بھی ذہن میں رہنی چاہیے کہ بچے کو نڈر بنانے کا مفہوم یہ ہرگز نہیں ہے کہ اس کو سرکش اور آپے سے باہر رہنے والا بنا دیا جائے اور وہ ضرر رساں چیزوں سے بھی اجتناب نہ کرے۔ بے جا خوف اور ڈر سے بچے کی زندگی کو محفوظ رکھنے کے ساتھ ساتھ اسے یہ تربیت بھی دی جائے کہ وہ ضرر رساں چیزوں سے دور رہے مثلاً بجلی کے تار' گیس' زہریلے جانور اور غلاظت کے ڈھیر سے دور رہنا ضروری ہے' مگر ان سے بچنے اور خوف کھانے کی بنیاد بھی لاعلمی پر نہیں ہونی چاہیے' بلکہ بچے کو آسان زبان میں یہ بات سمجھا دینا چاہیے کہ یہ چیزیں کس قدر نقصان دہ ہیں اور کیسے نقصان

وہ ہیں۔ اگر بچہ علم، مشاہدے یا تجربے کی بنیاد پر کسی چیز سے دور رہنے کا عادی ہو جاتا ہے تو یہ خصلت اس میں بزدلی و کم ہمتی کے بجائے خود اعتمادی و بلند حوصلگی کا سبب ہوگی۔ اس سے بچے میں یہ قوت تمیز پیدا ہوتی ہے کہ کس چیز سے دور بھاگنا مناسب ہے اور کس چیز کا مقابلہ کرنا ضروری ہے۔

آج ہم بڑھتے ہوئے اندیشوں کے ماحول میں سانس لے رہے ہیں۔ ایٹمی ہتھیاروں کے استعمال کے ہول ناک اور تباہ کن نتائج، عالمی جنگ کا لرزہ خیز تصور، قتل و غارت گری، چوری اور ڈکیتی کے خدشے، بری و فضائی حادثوں کے امکانات، آئے دن ہونے والے فسادات کی تباہ کاریاں ہمارے ذہن و اعصاب پر چھائی ہوئی ہیں۔ ہمارے ذہن و اعصاب شعوری و غیر شعوری طور پر متاثر ہو رہے ہیں۔ ان حالات میں والدین اپنے بچوں کے خوف سے مبرا دلیری و بہادری کی زندگی بسر کرنے کی تربیت دینے کی عظیم ذمے داریوں سے کس طرح عہدہ برآ ہوں، یہ ایک نازک مسئلہ ہے اور اس مسئلے کو اس وقت تک حل نہیں کیا جا سکتا جب تک دنیا کا نظام حکمرانی درست نہ ہو جائے اور غلط یا خود غرض قیادت کے مقابلے میں ایک صالح قیادت بپا نہ ہو جائے۔ بچوں کی تربیت کی فکر رکھنے والے تمام حضرات کی یہ ذمے داری بھی قرار پاتی ہے کہ وہ اس باطل نظام زندگی کو بدلنے کے لیے بھی جدوجہد کریں جس کے زیر سایہ ان کے معصوم بچے تمام تر کوششوں کے باوجود ''اچھے بچے'' نہیں بن سکتے۔

جھوٹ

جھوٹ بولنا نفسیاتی بیماری اور اخلاقی عیب ہے۔ اس بیماری کا صحیح علاج بچپن ہی میں ہو سکتا ہے۔ اگر بچوں کے جھوٹ پر کوئی توجہ نہ دی جائے تو بچہ آگے چل کر ''ٹھگی'' اور ''شاطر'' بھی بن سکتا ہے۔ جھوٹ ایک ایسا اخلاقی عیب ہے جو انسان پر سے اعتماد ختم کر دیتا ہے۔ جھوٹے انسان کو ذلت و حقارت کی نگاہوں سے دیکھا جاتا

ہے۔ سماج میں اسے کوئی عزت حاصل نہیں ہوتی۔ والدین اور معلمین کی یہ ذمے داری ہے کہ بچوں کو جھوٹ کا عادی نہ ہونے دیں' اگر کسی بچے کو جھوٹ بولتے دیکھیں تو اس کے جھوٹ کی نوعیت اور اس کے اسباب و محرکات کا پتا لگا کر مناسب علاج کریں۔

جھوٹ بچے کی فطرت و جبلت میں شامل نہیں ہے۔ بچہ گردوپیش سے جھوٹ بولنا سیکھتا ہے' اگر بروقت بچے کے جھوٹ کا مناسب علاج نہ کیا جائے تو بعد میں یہ بیماری لاعلاج ہو جاتی ہے۔ اس بات کو بھی نظرانداز نہ کرنا چاہیے کہ بچہ ہم سے اور آپ ہی سے جھوٹ بولنا سیکھتا ہے۔

بچے نے دیکھا کہ اس کی امی سے کیتلی ٹوٹ گئی ہے۔ ابو آفس سے لوٹے تو امی نے چائے بنا کر ابو کو پیش کی' مگر آج کیتلی نہیں تھی۔ چائے کپ ہی میں پیش کی گئی۔ ابو جان نے پوچھا تو امی جان فوراً بول پڑیں "کم بخت بلی برتنوں کی الماری میں گھس گئی اور کیتلی نیچے گرا دی'' اب بچہ کبھی ماں کے چہرے کو دیکھتا ہے' کبھی ابو کے چہرے کو۔ ابو کے چہرے پر اب غصے کا کوئی اثر نہیں ہے' بچے کے شعور میں یہ بات بیٹھ جاتی ہے کہ اس طرح کے موقعوں پر جھوٹ بول کر اپنے سر آئی ہوئی مصیبت کو ٹالا جا سکتا ہے اور پھر بچہ ایسے مواقع پر بے دریغ جھوٹ بولنے لگتا ہے اسے "بہانہ سازی کا جھوٹ'' کہا جاتا ہے۔ اس قسم کا جھوٹ بولنے والا بچہ طرح طرح کے حیلے بہانے تراشنے کا عادی ہو جاتا ہے۔ اسکول سے بھاگ کر آتا ہے تو ماں باپ کو یہ کہہ کر مطمئن کر دیتا ہے کہ آج میچ کی وجہ سے چھٹی ہو گئی' آج ایک ماسٹر صاحب کے والد کا انتقال ہو گیا۔ بہانہ سازی کے جھوٹ کی کامیابی سے بچے کا حوصلہ بڑھ جائے گا اور زیادہ بے باکی سے جھوٹ بولنے لگتا ہے۔ اگر کبھی کبھار جھوٹ کی قلعی کھل جائے تو وہ جھوٹ بولنے میں زیادہ فراست اور دوراندیشی سے کام لینے لگتا ہے۔

کبھی جھوٹ بغض و انتقام کے جذبے سے بولا جاتا ہے۔ کیتلی توڑی تو بلی نے

تھی، مگر الزام لگادیا ساس نے بہو پر اور پھر گھر کے افراد بے قصور بہو پر برس پڑے۔
یہ سب کچھ بچے کی آنکھوں کے سامنے ہو رہا ہے۔ بتایئے کہ بچے کے دل پر یہ بات
نقش نہ ہوگی کہ دوسرے سے بدلا لینے کے لیے جھوٹ بڑا کار آمد ہتھیار ہوتا ہے۔
آپ نے لکھ کر اپنا قلم میز کی دراز میں رکھا ہی تھا کہ ایک پڑوسی قلم لینے آگیا۔ آپ
نے فوراً کہہ دیا "میرا قلم تو کہیں گم ہوگیا ہے"۔ پڑوسی یقین کرکے واپس چلا جاتا
ہے۔ بچہ جو اپنی آنکھوں سے یہ تمام حرکات دیکھ رہا ہے، حیرت میں پڑ جاتا ہے کہ یہ
ماجرا ہے کیا؟ مگر تھوڑی ہی دیر میں اس کے ذہن میں یہ بات بیٹھ جاتی ہے کہ جھوٹ
بول کر اپنے قلم کی حفاظت کی گئی ہے، ورنہ پڑوسی قلم خراب کرسکتا تھا۔ اب یہ بچہ
ایسے مواقع پر اپنے مفادات کی حفاظت کے لیے جھوٹ بولنا کیوں معیوب سمجھے گا؟
اس کے ہاتھ تو بہت آسان نسخہ لگ گیا ہے۔ اس قسم کے جھوٹ کو "خود غرضی" کا
جھوٹ" کہا جاتا ہے۔ کھیل میں جھوٹ بول کر جیتنے کی کوشش کرنا، امتحان میں نقل
کرکے پاس ہونے کی کوشش کرنا، ٹھیلوں اور دکانوں سے کھانے پینے کی چیزیں حاصل
کرنے کے لیے دکان داروں کو الو بنانا اسی قسم کے جھوٹ میں شامل ہے۔

گھر میں ایک دوسرے کے جرم کو چھپانے کے لیے جھوٹ بولا جاتا ہے نتیجتہً
بچے اپنے ہم جولیوں کے جرم چھپانے کے لیے جھوٹ بولنے لگتے ہیں۔ اکثر دیکھا
جاتا ہے کہ بچے سخت سزا اور لالچ کے باوجود اپنے ہم جولیوں کے خلاف گواہی دینے
سے انکار کردیتے ہیں، بلکہ بسا اوقات ان کی حمایت میں بے دریغ جھوٹ بھی بولتے
ہیں۔

انجام کے لحاظ سے خطرناک جھوٹ وہ ہے جو دل لگی کے طور پر بولا جاتا ہے۔
گھر میں چند عورتیں بیٹھی باتیں کررہی ہیں کہ ایک عورت زاہدہ سے کہتی ہے "لو
تمہارے بھیا آگئے" زاہدہ چونک کر دروازے کی طرف دیکھتی ہے سب عورتیں اس
کے بے وقوف بننے پر ٹھٹھا مار کر ہنس پڑتی ہیں۔ بچے کو بھی اس میں بڑا لطف آتا ہے۔

وہ سمجھتا ہے کہ یہ تو بہت دل چسپ کھیل ہے اور پھر اپنے ہم جولیوں سے لطف لینے کے لیے نئے نئے جھوٹ گڑھتا ہے۔ اس طرح اس کا ذہن جھوٹ گڑھنے کا عادی ہو جاتا ہے۔

ہمارے معاشرے میں بعض جھوٹ اتنے عام ہو گئے ہیں کہ انہیں بالکل معیوب نہیں سمجھا جاتا۔ آپسی تعلقات اور کاروباری معاملات میں جھوٹ کو کسی خاص بری نظر سے نہیں دیکھا جاتا' ایسے معاشرے میں پروان چڑھنے والا بچہ آخر کس طرح جھوٹ سے دور رہ سکتا ہے۔

بچے کو جھوٹ کی عادت سے دور رکھنے کی سب سے بڑی ذمے داری اس کے والدین اور گھر کے افراد پر عائد ہوتی ہے۔ اگر آپ کی یہ آرزو ہے کہ آپ کا بچہ جھوٹ کی لعنت سے پاک رہے تو اپنے گھریلو ماحول کو جھوٹ سے پاک و صاف رکھیں۔ آپ کی کسی بات یا کسی عمل میں جھوٹ کا شائبہ بھی نہ ہو کسی واقعہ یا بات کو دل چسپ بنانے کے لیے اس میں ذرا بھی رنگ آمیزی نہ کیجیے۔ بچے کے سامنے کسی قسم کا جھوٹ نہ بولیے۔ بچہ صدق و صفا کی طبیعت لے کر پیدا ہوا ہے۔ اس کی اس صاف و شفاف طبیعت کو جھوٹ کی گندگی سے گدلا نہ کیجیے۔ بچہ کتنی صاف طبیعت لے کر دنیا میں آتا ہے اس کا اندازہ ایک معمولی واقعہ سے لگایا جا سکتا ہے۔

ایک بار ایک شخص نے اپنے دوست کے دروازے پر آکر دستک دی' دوست اس وقت ملنے کے موڈ میں نہیں تھے' اپنے بچے کو آہستہ سے پاس بلایا اور کہا کہ جاؤ کہہ دو "ابو گھر میں نہیں ہیں"۔ بچہ دروازے پر آیا اور نووارد سے کہا "ابو کہہ رہے ہیں کہ ابو گھر میں نہیں ہیں"۔

معصوم بچے کی سادگی دیکھیے کہ جس بچے کو جھوٹ بولنے کی تلقین کی جا رہی ہے' وہ اپنی سادہ طبیعت کی وجہ سے جھوٹ نہیں بول پا رہا ہے۔ مگر جب بچے کے سامنے بار بار جھوٹ بولا جائے گا تو آخر وہ جھوٹ کی عادت سے کس طرح دور رہ

سکتا ہے۔ معصوم بچے کے ذہن کو جھوٹ سے محفوظ رکھنے کی سب سے بہتر تدبیر یہ ہے کہ اسے "جھوٹ کے خول" سے دور رکھا جائے۔

جھوٹ بولنے کے مختلف عوامل و محرکات ہوتے ہیں۔ زیر تربیت بچہ اگر جھوٹ بولتا ہے تو اس کے جھوٹ کے اسباب کا پتا لگائیے 'نفسیاتی تجزیہ کیجیے۔ اسباب کی تشخیص کے بعد حسب حال تدبیر کیجیے۔ سزا یا انعام کا لالچ دے کر سچ بولنے کی تلقین کیجیے۔

بچے کی اصلاح کے لیے اس سے حسن ظن رکھنا ضروری ہے۔ اگر بچہ کسی بات پر یہ کہے کہ میں سچ کہہ رہا ہوں تو خواہ مخواہ اسے جھوٹا ثابت نہ کیجیے نہ یہ کہہ کر جھڑکیے کہ تم جھوٹ بول رہے ہو" اس طرح کے جملوں سے اس کے بگڑنے کا امکان بڑھ جاتا ہے۔ بار بار جھوٹ کے الفاظ سن کر یا تو اس کی نظر میں جھوٹ کی قباحت کم ہو جائے گی یا وہ یہ سوچ کر جھوٹ بولنے لگے گا کہ لوگ تو مجھے جھوٹا سمجھتے ہیں۔ اس لیے بچے کو "جھوٹا" "مکار" "فریبی" جیسے الفاظ سے کبھی بھی نہ پکاریے۔ اگر اس سے جھوٹ کا جرم صادر ہو جائے تو نہایت دل سوزی اور محبت سے تنہائی میں سمجھائیے اور یہ بات ذہن نشین کرائیے کہ جھوٹ بولنے سے سماج میں اس کی کوئی وقعت باقی نہیں رہے گی۔ سمجھانے کے دوران اسے لعن طعن بالکل نہ کیجیے اور نہ اسے اپنی صفائی ہی پر مجبور کیجیے۔ کیوں کہ اس کا عین امکان ہے کہ وہ ایک جھوٹ چھپانے کے لیے کئی جھوٹ بول دے۔ اس لیے صبر و تحمل سے کام لیجیے اگر بچہ اپنے جرم کا اعتراف کر لے تو اسے کوئی سزا نہ دیجیے۔ اعتراف جرم پر ہی اصلاح کا آغاز ہے۔ بچہ اگر جھوٹ بولنے کی غلطی کرے تو اس سے یوں مخاطب نہ ہوں "جھوٹے مکار! سچ بتا تو نے کیا ہے"؟ بلکہ نہایت نرمی سے تنہائی میں یوں سمجھائیے "دیکھو بیٹا سچ بولنے والا بچہ سب کو پیارا ہوتا ہے اور جھوٹے بچے سے سب نفرت کرتے ہیں۔ جھوٹ بولنے سے کیا فائدہ؟ اگر تم سچ سچ بتا دو گے تو ہم تمہیں کچھ نہیں کہیں گے اور ہماری طبیعت بھی تم سے خوش ہو جائے گی۔ آپ کے اس محبت آمیز لب و لہجے سے بچہ

یقیناً آپ کو صحیح بات بتادے گا۔ اب بچے کے سچ بولنے پر یوں نہ کہیے کہ پہلے تم نے جھوٹ کیوں بولا اب تو تیری پٹائی ہوگی' بلکہ بچے سے کیے گئے وعدے پر قائم رہیے۔ ایسے موقع پر ڈانٹ پھٹکار بہت نقصان دہ ثابت ہو سکتی ہے۔ شفقت بھری ایک دو نصیحتیں کر کے بچے کی غلطی کو ہمیشہ کے لیے بھول جائیے۔ توقع ہے کہ آپ کی اس حکمت عملی سے بچہ آیندہ جھوٹ بولنا چھوڑ دے گا۔

غلطی کے فوراً بعد ہی بچے سے اعتراف جرم کرانے کی کوشش ہرگز نہ کیجیے۔ کیوں کہ اس نے ابھی ابھی جرم کیا ہے۔ اس کا ضمیر اضطراب اور کش مکش کے عالم میں ہے کچھ اپنی غلطی کا احساس ہے اور کچھ سزا کا ڈر۔ اس عالم میں اگر آپ اس سے کوئی بات پوچھیں گے تو وہ مزید پریشانی سے پیچھا چھڑانے کے لیے جھوٹ پر جھوٹ بول دے گا۔ ذرا توقف کیجیے۔ اس کی اضطرابی کیفیت ختم ہو جانے کے بعد شفقت و محبت کے ماحول میں اس سے گفتگو کیجیے۔ اس طرح غلطی کیے ہوئے کافی وقت گزر چکا ہے تو بھی اسے چھیڑنا مناسب نہیں ہے۔ بچے کو بھولی ہوئی غلطی یاد دلانا اور اس کے اقرار کی کوشش کرانا بھی غیردانش مندانہ فعل ہے۔ اس سے اصلاح کے بگاڑ کا اندیشہ رہتا ہے۔

اگر آپ یہ محسوس کریں کہ بچہ بہت سی فرضی باتیں سنا کر لطف اندوز ہوتا ہے۔ تو آپ کلی طور پر پابندی نہ لگائیں۔ اس لیے کہ تخلیقی رجحان بچے کے اندر تخلیقی صلاحیت کا پتا دیتا ہے۔ اگر اس تخلیقی صلاحیت کو سختی سے دبانے کی کوشش کی جائے تو بچے کی فطرت پر بڑا ظلم ہوگا ایسے بچے کو پاکیزہ افسانے اور تاریخی ناول پڑھنے کے لیے دیے جائیں۔ صالح شعروادب کا مطالعہ کرایا جائے۔ اس سے بچے کے تخیلاتی رجحان کو تشفی بھی ملے گی اور اس میں جلا بھی پیدا ہوگا۔ اسے تاریخی مقامات اور قدرتی مناظر کی سیر کرائی جائے' تاکہ اس کے اندر حقیقت پسندی کا رجحان پیدا ہو سکے اور اس کی تخلیقی صلاحیت میں ایک توازن قائم ہو جائے۔

بچہ جب والدین سے کوئی سوال کرے تو والدین ٹال مٹول یا غلط بیانی کے بجائے راست گوئی کا رویہ اپنائیں اور بچے کو تسلی بخش جواب دیں۔ اس طرح بچے کے سامنے اپنی بے جا تعریف کرنا یا شیخی بگھارنا بھی خطرناک ہے۔ آپ کی طرح بچے کو بھی شیخی بگھار کر ذہنی فرحت حاصل کرنے اور دوسروں سے داد وصول کرنے کی چاٹ پڑ جائے گی۔

وقتاً فوقتاً بچے کو جھوٹ کے نقصان سے آگاہ کرتے رہیے' اسے بتائیے کہ جھوٹ بولنے والے کے لیے مرنے کے بعد سخت عذاب ہے۔ پیارے نبیؐ نے جھوٹ بولنے والے کو منافق کہا ہے اور منافق کا انجام جہنم کی دہکتی ہوئی آگ ہے۔ جھوٹ بولنے والے کے مقابلے میں سچ کے فائدے بتائیے۔ عبدالقادر جیلانی اور دوسرے بزرگوں کی سچائیوں کے واقعات سنا کر سچ بولنے کی تلقین کیجیے۔

حسد

حسد وہ تباہ کن بیماری ہے جو انسانی صحت کو دیمک کی طرح چاٹتی اور نیکیوں کو لکڑی کی طرح جلا کر رکھ دیتی ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا "حسد سے بچو کیوں کہ حسد نیکیوں کو اس طرح کھا جاتا ہے جیسے آگ لکڑیوں کو بھسم کر دیتی ہے"۔ (ابوداؤد)

ذرا تصور کیجیے اس انسان کا جس کی تمام نیکیاں حسد نگل جائے اور انسان کورا کھڑا رہ جائے۔ اس پر مستزاد یہ کہ حسد اس کی صحت کو دیمک کی طرح چاٹ کر رکھ دے۔ کیا ایسے انسان سے کسی کامیابی یا بھلائی کی توقع کی جا سکتی ہے؟ حسد جیسی مہلک بیماری کے جراثیم بھی بچپن کی تربیت میں تغافل و تساہل کے نتیجے میں پیدا ہوتے ہیں۔

حسد کا نشوونما عموماً اجتماعی ماحول یا دوسرے بہن بھائیوں کی موجودگی میں ہوتا ہے۔

بچہ جب دیکھتا ہے کہ دوسروں کو جو چیزیں میسر ہیں وہ اس کے پاس نہیں ہیں'

دوسرے بچوں کے پاس جو کھلونے اور مٹھائیاں ہیں وہ ان سے محروم ہے' تو بچہ حسرت ویاس سے دوچار ہوتا ہے۔ یہی حسرت بہت جلد حسد اور بغض و کینہ کی کیفیت میں تبدیل ہو جاتی ہے۔

اس کے تدارک کے لیے والدین کو چاہیے کہ وہ اپنے بچوں کے درمیان کھلونوں اور دوسری چیزوں کے سلسلے میں انصاف سے کام لیں اور ان کے لباس اور کھلونوں وغیرہ میں یکسانی و ہم آہنگی پیدا کرنے کی کوشش کریں۔ بچہ جب کسی دوسرے بچے کے پاس موجود چیز کو دیکھ کر اس کی خواہش کرے تو اسے وہ چیز فراہم کرادی جائے' تاکہ خواہش عدم تکمیل کی صورت میں حسرت اور پھر حسد کی شکل اختیار نہ کرسکے۔

عام طور سے دیکھنے میں آیا ہے کہ جب گھر میں نئے بچے کی ولادت ہوتی ہے تو وہ سب کی توجہ کا مرکز بن جاتا ہے' ہر کوئی اسے پیار کرتا ہے' گود لیتا ہے' چومتا ہے' تھپتھپاتا ہے۔ اس کے لیے طرح طرح کے کپڑے خریدے جاتے ہیں۔ مختلف اقسام کے کھلونے لائے جاتے ہیں لیکن پہلے بچے کی طرف کوئی توجہ نہیں دیتا وہ ماں کے پاس جاکر نومولود بچے کو چھوتا ہے تو اسے ڈانٹ پلادی جاتی ہے "خبردار جو چھوٹے منے کو ہاتھ لگایا" "کیا اسے مار ڈالے گا" "اپنے گندے ہاتھ سے مت چھو اسے" اس طرح کے فقرے جب وہ سنتا ہے تو اس کی دماغ میں کھلبلی مچ جاتی ہے کہ کل جو لوگ مجھ سے بے پناہ محبت کرتے تھے آخر آج کیوں مجھ سے کترانے لگے ہیں؟ لوگوں کی نظریں کیوں بدل گئی ہیں؟ سب نے میری ضرورتوں کو کیوں نظرانداز کردیا ہے؟ وہ سوچتے سوچتے صرف اس نتیجے پر پہنچتا ہے کہ اس نومولود نے میرے تمام حقوق پر قبضہ جمالیا ہے' یہی میرا دشمن ہے' اس کی یہی سوچ حسد کی بنیاد ہے' پھر وہ اس معصوم کو اپنی دشمنی کا نشانہ بناتا ہے۔ وہ انتقام کی آگ میں جل کر کہتا ہے "امی اس کو باہر پھینک دو یہ ضد کرتا ہے' امی اسے تالاب میں ڈال آؤ یہ روتا ہے" جب اس طرح

کام نہیں چلتا تو وہ خود نومولود کو پریشان کرنے لگتا ہے' کبھی اس کا ہاتھ مروڑ دیتا ہے' کبھی اس کے جسم کے کسی حصے کو نوچ لیتا ہے کبھی چپت لگا کر سکون حاصل کرتا ہے' اس طرح بچے میں حسد کے جذبات پروان چڑھتے ہیں۔

اگر ماں باپ نومولود کی آمد پر پہلے بچے کو بھی شفقت و محبت سے نوازیں اور اسے عدم التفات کا احساس نہ ہونے دیں تو حسد اور بغض و عناد کے جذبات کی نشوونما نہ ہوسکے گی۔ عموماً والدین کے غیر منصفانہ رویے سے حسد کی ابتدا ہوتی ہے جو بہت سی ناکامیوں اور مصیبتوں کا پیش خیمہ ہوتی ہے اگر والدین چابک دستی سے بچوں کے درمیان عدل و قسط سے کام لیں تو حسد کی عادت ہی نہ پیدا ہوسکے گی اور اگر اس کے نقوش ابھرتے دکھائی دیں تو فوراً اس کا تدارک کرنا چاہیے۔

چوری چکاری

شخصی ملکیت کا دستور جتنا قدیم ہے' چوری کی بیماری بھی اتنی ہی قدیم ہے۔ املاک کے اضافے سے انسان ذہنی سکون حاصل کرنے کے ساتھ معاشرے میں بھی قدر و منزلت حاصل کرتا ہے۔

کسی چیز پر قبضہ کرنا اور اس کا مالک بننے کی خواہش' انسان کی جبلت میں شامل ہے۔ لیکن اس خواہش کو جائز و ناجائز اور حرام و حلال کا پابند ہونا ضروری ہے۔ فطری خواہش کی تکمیل کے لیے تمام جائز ذرائع استعمال کیے جاسکتے ہیں۔ دولت حاصل کرنا' جائیداد کا مالک ہونا اسلام کی نظر میں قطعاً برا نہیں ہے' البتہ جائز طریقے پر ہی ایسا کیا جانا چاہیے۔ دوسروں کے حقوق کی ادائی اور دوسروں کی املاک کے احترام کے ساتھ انسان جتنی بھی املاک حاصل کرسکے' وہ اس کے لیے جائز ہے' بلکہ بعض پہلوؤں سے مستحسن بھی ہے۔

کسی کے حق کو غصب کرکے یا کسی کی ملکیت پر ناجائز قبضہ کرکے اپنی املاک میں

اضافہ کرنا نہ اسلامی نقطہ نظر سے جائز ہے اور نہ ہی انسانی نقطہ نظر سے۔ ہر معاشرے میں ناجائز قبضے کو ناپسندیدہ نگاہوں سے دیکھا جاتا ہے۔ ناجائز قبضے کی دو صورتیں ہیں۔ کسی کی املاک پر اس کے سامنے زور زبردستی سے قبضہ کرلینا' اسے ڈکیتی کا نام دیا جاتا ہے اور کسی کی املاک پر اس سے چھپا کر قبضہ کرلینا چوری ہے۔ چوری کی عادت سے ڈکیتی کی طرف رغبت ہوتی ہے۔ اگر چوری کی عادت کو پختہ نہ ہونے دیا جائے' تو انسان ڈکیتی کی طرف راغب نہ ہو سکے گا' اس لیے یہاں صرف چوری پر گفتگو کی جائے گی۔ ویسے بھی بچہ جب تک بچہ رہتا ہے ڈکیتی کی جرات و ہمت اس میں پیدا نہیں ہوپاتی۔ عموماً بالغ افراد ہی ڈکیتی میں ملوث پائے جاتے ہیں۔

چوری ایک سماجی ناسور ہے جو معاشرے کے امن و سکون کو غارت کردیتا ہے۔ چوری کس قدر گھناؤنا فعل ہے' اس کا اندازہ اس بات سے لگایا جاسکتا ہے کہ اسلام نے چور کا ہاتھ قلم کرنے کا حکم دیا ہے۔ اور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ہے کہ مسلمان جب چوری کرتا ہے تو اس کے اندر ایمان باقی نہیں رہتا۔

چوری کی عادت اگر بچپن میں پختہ ہوجائے تو بعد میں اس کا چھڑانا بہت مشکل ہوتا ہے۔ بچپن میں چوری کے محرکات مختلف ہوتے ہیں۔ ایک بڑا محرک یہ ہے کہ بچپن میں طرح طرح کی چیزیں اکٹھا کرنے کی ہوس بہت تیز ہوتی ہے۔ آپ نے دیکھا ہوگا کہ بچہ ادھر ادھر سے بہت سی چیزیں سمیٹ کر اکھٹا کرتا ہے۔ وہ اپنے ہم عمر ساتھی کا خوب صورت کھلونا چھین کر اسے واپس کرنے سے صاف انکار کردیتا ہے۔ کسی چیز سے جذباتی تعلق بھی اس چیز کی چوری کا محرک بن جاتا ہے۔ کبھی صرف کسی کو تنگ کرنے یا اسے نقصان پہنچانے کے مقصد سے چوری کی جاتی ہے۔ انتقام اور جذبہ بغاوت بھی چوری کا محرک ہوتا ہے۔ غربت و افلاس اور بچے کی ضرورتوں کی عدم تکمیل بھی چوری چکاری کا اہم سبب ہے۔ جو بچے بے کیف فضا میں پرورش پاتے ہیں یا دولت کی اضطراب انگیزیوں میں پروان چڑھتے ہیں وہ آگے چل کر خطرناک قسم کے

مجرم بنتے ہیں۔ بچہ والدین کے تشدد آمیز سلوک اور مدرسے کے سخت ماحول یا استاذ کی بے توجہی سے تنگ آکر چوری چکاری اور مجرمانہ سیرت و کردار اختیار کرلیتا ہے۔ والدین کی بدمزاجی و بداخلاقی' وعدہ خلافی و عہد شکنی بھی بچے میں چوری کی عادت کا سبب بنتی ہے۔ اگر والدین خدانخواستہ خود کسی خیانت اور چوری کا ارتکاب کرتے ہوں تو بچے کی اصلاح کی کوئی گنجایش نہیں۔

ایسی فلمیں جن میں چوری چکاری' قتل و غارت گری' فریب اور چار سو بیسی کے مناظر دکھائے گئے ہوں' بچوں میں چوری کا رجحان پیدا کرتی ہیں۔ ٹیلی ویژن کے غیرمہذب پروگرام دیکھنے' جاسوسی ناول پڑھنے' اخبارات میں جرائم کی خبریں پڑھنے' گھٹیا کامکس اور فحش کتابوں کے مطالعے سے بھی چوری کی عادت پیدا ہوتی ہے۔ ذہنی یا جسمانی بیماری کی وجہ سے بھی چوری کی عادت پڑجانے کا امکان رہتا ہے۔ مگر کامیاب علاج کے ساتھ ہی چوری کی عادت ختم بھی کی جاسکتی ہے۔

بچے کو کھیلنے اور کھانے کے لیے اس کی مطلوبہ چیزوں کے حصول میں کوئی تاخیر نہ کیجیے۔ اگر وہ اپنی پسند کی کچھ چیزیں جمع کرنا چاہے تو شوق سے جمع کرنے دیجیے۔ گھر کا ماحول بہت صاف ستھرا رکھیے۔ اپنے اخلاق و کردار کا برابر جائزہ لیتے رہیے۔ تاکہ بچہ جب اپنے آپ کو آپ کے کردار میں ڈھالے تو اس کو کوئی کمی نہ محسوس ہو۔ گندی فلموں اور ٹیلی ویژن کے مخرب اخلاق پروگراموں سے اسے روکیے۔ ٹیلی ویژن کے اچھے پروگرام دیکھنے کی سہولت اسے فراہم کیجیے۔ اس کو ایسے اسکول میں داخل کیجیے جہاں محض درسیات پر زور نہ دیا جاتا ہو' بلکہ مختلف دل چسپ طریقوں سے بچے کی شخصیت کے تمام ہی پہلوؤں کی نشوونما پر توجہ دی جاتی ہو۔ ان مدرسوں سے اپنے بچوں کو دور رکھیے جہاں فرسودہ نظام تعلیم رائج ہے۔ جہاں تعلیم کا مقصد و معیار صرف یہ ہو کہ "منشی جی" "مولوی صاحب" "حافظ جی" ہاتھ میں قچی لیے رٹنے رٹانے میں مصروف رہتے ہوں۔ ایسے بے کیف ماحول میں بچے کے اندر مجرمانہ ذہنیت نشوونما پاتی ہے۔

آوارگی

بعض بچوں میں آوارہ گردی کی لت ہوتی ہے۔ اگرچہ کچھ بچوں کو آوارہ گردی وراثت میں ملتی ہے۔ خانہ بدوش' تارک الوطن اور سیلانی والدین کے بچوں میں آوارہ گردی ان کی فطری جبلت محسوس ہوتی ہے' وہ دن کا بیشتر حصہ بیابان' جنگل' دریا کے کنارے' باغ کے سایے میں یا بازاروں کی چہل پہل میں گزار کر اپنی زندگی میں محسوس ہونے والے خلا کو پر کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ ایسے بچوں کی آوارہ گردی پر قابو پانے کے لیے انہیں قیدوبند کی سزائیں دینا ان کے جذبات کو مزید آوارہ گردی بھڑکانے کے مترادف ہے۔

گھر اور اسکول سے بھاگ جانا بھی بعض بچوں کا محبوب مشغلہ ہوتا ہے۔ مدرسے اور اسکول سے فرار ہو جانے کی یہ عادت مستقبل میں جرائم پیشگی کی راہ ہموار کرتی ہے۔ آوارہ گرد بچے کی نفسیات کا گہرا مطالعہ کر کے اصل محرکات کا پتا لگانا چاہیے۔ کوئی بھی تعزیری کارروائی آوارہ گردی کو ختم کرنے کے بجائے' اس میں اضافے کا سبب بن سکتی ہے۔ آوارہ گردی کے محرکات متعدد اور پیچیدہ ہوتے ہیں۔ بہت سے داخلی اور خارجی عناصر طرح طرح سے مل کر اثر انداز ہوتے رہتے ہیں۔ اس لیے بہتر یہی ہے کہ ایسے بچے کے محرکات و اسباب کا تدارک کیا جائے۔

بچہ فطری طور پر گھومنے پھرنے کا شیدائی ہوتا ہے۔ یہ ولولہ اس کے دل میں بار بار جوش مارتا ہے کہ وہ اپنے مخصوص ماحول اور گردوپیش سے نکل کر باہر کی دنیا کو دیکھے کہ آخر وہ کیسی ہے؟ بچے میں ایک مبہم سی امنگ خطرپسند مہموں کو سر کرنے کے لیے اسے ہر وقت آمادہ رکھتی ہے۔ وہ بچہ اپنے مانوس ماحول سے ہٹ کر غیرمانوس ماحول کی طرف بے مقصد سفر کے لیے عجیب و غریب تصورات کے ساتھ بے چین رہتا ہے۔ یہی اضطراب اور بے چینی بچے کے بھگوڑپن اور آوارہ گردی کا سبب بنتی ہے۔

اچھے اور کامیاب والدین وہ ہیں جو بچے میں بھگوڑے پن کی عادت ہی سے پہلے

اس کے ذوق کی تکمیل کا سامان مہیا کرتے ہیں۔ چہل قدمی کے لیے اپنے ساتھ لے جاتے ہیں۔ قدرتی مناظر اور تاریخی مقامات کی سیرو تفریح کا بندوبست کرتے ہیں۔ سامان کی خریدو فروخت کے لیے اس کو اپنے ہم راہ بازار لے جاتے ہیں۔ بے پناہ مصروفیت کے باوجود اپنے بچوں کے فطری شوق کی تکمیل کے لیے وقت اور پیسے کی قربانی دیتے ہیں۔ ان کے کاموں میں زیادہ دخل اندازی نہیں کرتے' اس کے ساتھ بلاوجہ روک ٹوک روا نہیں رکھتے' گھریلو ماحول کو نہایت فرحت انگیز بنائے رکھتے ہیں۔ اس کے لیے مختلف دل چسپ مشاغل فراہم کرتے ہیں۔ بیت بازی' چٹکلے' پہیلیاں' قصے کہانیاں اور تعلیمی کھیل وغیرہ سے بچے کی دل چسپیوں کو برقرار رکھتے ہیں۔ کبھی بھی اکتادینے والا ماحول پیدا نہیں ہونے دیتے۔ اچھے ڈرامے اور سبق آموز سیریل دیکھنے کی آزادی دیتے ہیں۔

گھر سے بھاگ نکلنے کی عادت کے بہت سے اسباب ہوتے ہیں۔ گھر کی بے کیف اور سخت تر زندگی' گھریلو جھگڑوں سے پیدا شدہ باہمی رنجش و کدورت' دکانوں سے طرح طرح کی چیزیں خرید کر کھانے کی چاٹ' کھیل کے میدانوں' دریا کے کناروں' پر رونق بازاروں' سرسبز کھیتوں اور پھل سے لدے ہوئے باغوں میں گھومنے کی امنگ بچے کو گھر سے بھاگنے پر آمادہ کرتی ہے۔ اگر ابتدا ہی میں اس خطرناک رجحان پر بند نہ لگایا جائے تو بچے کے آوارہ گرد اور مجرم بن جانے کا سخت اندیشہ رہتا ہے۔

ایک بچہ جبلی تقاضے کے تحت سیرو تفریح کے لیے گھر سے بھاگتا ہے۔ ایک بچہ گھریلو الجھن یا ذہنی اضطراب سے تنگ آکر گھر سے بھاگتا ہے۔ اگرچہ دونوں کا عمل بالکل ایک ہی ہے مگر نوعیت میں بڑا فرق ہے۔ اس لیے بھاگنے کے حقیقی رجحانات اور باطنی و ظاہری محرکات کا گہرائی سے مطالعہ کرنا ضروری ہے۔

مفلس گھرانے کا بچہ خوش حال اور مسرت انگیز ماحول کی تلاش میں اپنے گھر سے بھاگ نکلتا ہے۔ اسی طرح دیہات کی بے رنگ و کیف زندگی سے اکتایا ہوا بچہ شہر

کے پر لطف ہنگاموں کی طرف بھاگتا ہے۔ اس طرح کے بچے دل چسپ ماحول کی تلاش میں سرگرداں رہتے ہیں۔ وہ متنوع ماحول کی رنگینیوں سے محظوظ ہونے کے لیے ادھر ادھر بھٹکتے رہتے ہیں۔ اگر غور کیا جائے تو محض مفلس گھرانے کا مغموم ماحول اور دیہات کی بے کیف زندگی بھاگنے کا سبب نہیں' بلکہ اصل سبب بچے کا یہ احساس ہے کہ اس کی اپنی کوئی حیثیت نہیں۔ وہ ایک بے وقعت مخلوق ہے اور دنیا کی اس چہل پہل میں اس کا کوئی حصہ نہیں' اگر والدین گھریلو زندگی کے رویہ سے بچے میں یہ احساس پیدا نہ ہونے دیں تو وہ بھاگنے پر مجبور نہ ہوں۔ میں ایسے کئی نوجوانوں کو قریب سے جانتا ہوں جو صرف اس لیے اپنے گھر سے بھاگنے پر مجبور ہوئے کہ ان کے والدین نے انہیں وہ باعزت ذریعہ معاش اختیار نہیں کرنے دیا جسے وہ اختیار کرکے سماج میں "اچھے انسان" کی طرح رہنا چاہتے تھے۔

بعض بچوں میں بھاگنے کی یہ عادت مدرسے سے شروع ہوتی ہے۔ مدرسے سے وہ کوئی بھی بہانہ کرکے اور چھٹی لے کر گھر پر آجاتے ہیں۔ گھروالوں کے پوچھنے پر کہہ دیتے ہیں کہ آج جلدی چھٹی ہوگئی کیوں کہ مدرسے میں میچ ہو رہا ہے۔ یا فلاں ماسٹر صاحب کے والد صاحب کا انتقال ہوگیا ہے۔ بعض بچے گھر سے بستہ لے کر کسی تفریح کے مقام پر پہنچ جاتے ہیں اور جب چھٹی کا وقت ہوتا ہے تو بستہ لے کر نہایت معصومانہ انداز سے گھر واپس آجاتے ہیں اور گھروالے یہ سمجھتے ہیں کہ ہمارا لاڈلا پڑھ کر آگیا ہے۔

مدرسے سے بھاگنے کے بھی متعدد اسباب ہوتے ہیں۔ نصاب کا عمر یا ذہنی استعداد سے اونچا ہونا' ایسی صورت میں بچے کی سمجھ میں کچھ نہیں آتا اور وہ تعلیم سے اکتاکر راہ فرار اختیار کرنے میں عافیت سمجھتا ہے۔ معلم کی سخت گیری بھی اسے راہ فرار اختیار کرنے پر مجبور کرتی ہے۔ کسی وجہ سے استاذ کا غیر مشفقانہ رویہ اور ہم جولیوں کا مذاق اور لعن طعن بھی بھاگنے پر آمادہ کرتے ہیں۔ کیوں کہ اس سے اسے فوری راحت اور سکون حاصل ہوتا ہے۔ بچے کو عمر اور ذہنی استعداد سے بالا درجے

میں کبھی نہ داخل کرائیے۔ اپنے بچے کے لیے بہترین تعلیم گاہ کا انتخاب کیجیے جہاں کا نصاب تعلیم بھی موزوں ہو اور ماحول بھی دل چسپ' جہاں اساتذہ شفقت سے تعلیم دیتے ہوں اور کم زور بچوں کو مختلف دل چسپ طریقوں سے دوسرے طلبہ کے معیار پر لانے کے لیے مسلسل کوشش کرتے ہوں' جن بچوں کے گھریلو ماحول کی بے کیفی یا جسمانی نقص کی وجہ سے احساس کم تری کا اندازہ ہو۔ ان کی طرف خصوصی توجہ دیتے ہوں' انھیں احساس کم تری کے دلدل سے نکالنے کے لیے حکیمانہ طریقے اختیار کرتے ہوں۔ اس طرح کی تعلیم گاہوں سے آپ کا بچہ کبھی راہ فرار اختیار نہ کرسکے گا۔

بسا اوقات مدرسے سے بھاگ نکلنے کی پہلی حرکت محض اتفاقی ہوتی ہے۔ بچہ جب مدرسے پہنچا تو دیر ہوچکی تھی اور اسے استاذ کی سزا کا خوف لاحق تھا کہ راستے میں ایک منچلا ساتھی مل گیا۔ اب یہ دونوں کسی پر کشش مقام کی طرف چل دیے' وہاں مٹر گشتی میں اس قدر لطف آیا کہ بار بار یہ حرکت کرنے لگے' رفتہ رفتہ ان کی یہ عادت پختہ ہوجاتی ہے' ایسے بچوں کو ابتدا ہی میں سمجھا بجھا کر درست کردیا جائے۔ والدین کی ذمے داری ہے کہ وہ اسکول سے بچے کی رپورٹ لے کر اس کا بغور مطالعہ ضرور کرتے رہیں۔

ایسے بچے بھی پائے جاتے ہیں جو مدرسے میں داخل ہونے ہی سے انکار کردیتے ہیں یا تو اس لیے کہ بچہ گھر کی من پسند زندگی کو چھوڑ کر مدرسے کے اجنبی ماحول میں جانا پسند نہیں کرتا یا اس لیے کہ اس کے ذہن میں مدرسہ کے بارے میں غلط تصور بٹھا دیا گیا ہے' ایسے بچوں کو ان کی مرضی کے علی الرغم مدرسے میں داخل نہیں کرنا چاہیے۔ اس لیے کہ وہ یا تو پڑھنے میں دل چسپی نہیں لے گا یا مدرسے سے بھاگنا شروع کردے گا اور اگر آپ گھر پر سختی کریں گے تو وہ گھر سے بھی بھاگنا شروع کردے گا اور اسے آوارہ گردی کی عادت ہوجائے گی۔ ایسے بچوں کو آپ کبھی کبھی اپنے ہم راہ مدرسے لے جائیں تاکہ وہ مدرسے کے ماحول سے مانوس ہوجائے اور اسے یہ

محسوس ہو کہ مدرسے کا ماحول گھر کے ماحول سے کم دل چسپ نہیں ہے۔

مختصر یہ کہ بھگوڑے پن اور آوارہ گردی پر بغیر سوچے سمجھے سزا نہ دیں۔ اسی طرح آوارہ گردی کی جڑیں کم زور ہونے کے بجائے مزید مضبوط ہو جائیں گی۔ آوارہ گرد بچوں کی اصلاح کے لیے ان کے جذبات و احساسات' رجحانات و میلانات' ذہانت و استعداد' صحبت و اخلاق' محلّہ و اسکول کا ماحول اس کے ہم جولیوں کا اخلاقی معیار گھر اور مدرسے کے نظم و نسق کی نوعیت کی تہہ تک پہنچنا ضروری ہے۔ انہیں دل کش ماحول فراہم کیجیے حتی الوسع اختیار و آزادی دیجیے تاکہ وہ اپنی اختراعی قوتوں کو روبہ عمل لاسکیں۔ مختلف کھیلوں' تفریحی پروگراموں اور بامقصد سیر و تفریح سے ان کے لذت پسند تقاضوں کی تشنگی دور کیجیے۔ تاکہ وہ آوارہ گردی کی طرف رخ ہی نہ کر سکیں۔

پھسڈی پن

درجے میں پیچھے رہ جانے والے بچے کو عموماً "پھسڈی بچہ" کہا جاتا ہے۔ ہر کلاس میں کچھ بچے ایسے ہوتے ہیں جو وقتی طور پر ایک دو مضمون میں سست روی کا شکار ہو جاتے ہیں۔ یہ صورت حال فطری ہے' اس پر زیادہ تشویش کی ضرورت نہیں' معمولی توجہ سے یہ کمی جلد یا بدیر دور ہو سکتی ہے۔ البتہ وہ طلبہ جو مستقل' اکثر یا تمام ہی مضامین میں درجے کے ساتھیوں سے پیچھے رہتے ہیں' خاص توجہ کے مستحق ہیں۔ پھسڈی پن کے اسباب بے شمار اور مختلف ہوتے ہیں۔ اسباب کا گہرائی سے مطالعہ کر کے پھسڈی بچوں کی طرف غیر معمولی توجہ دینا چاہیے' ورنہ ان کا مستقبل تباہ ہونے کا اندیشہ ہے۔

بعض بچے غبی اور کند ذہن ہونے کی وجہ سے پھسڈی رہ جاتے ہیں۔ ایسے بچوں کو ان کو اپنی رفتار سے چلانا چاہیے اور گھریلو زندگی اور مدرسے کے تعلیمی نظام میں رعایت دینا چاہیے۔ اسکول میں ان پر خصوصی توجہ دینی چاہیے۔ اگر مناسب ہو

توکم زور ذہن کے طلبہ کے لیے الگ سے کلاس کا اہتمام کیا جائے' ان سے ان کی استعداد و صلاحیت سے زیادہ کام نہ لیا جائے۔

پھسڈی پن کا ایک بڑا سبب پابندی سے اسکول نہ جانا یا اکثر و بیشتر دیر سے جانا ہے۔ درجے سے غیر حاضری بچوں کو لازمی طور پر پھسڈی بنا دیتی ہے۔ کیوں کہ اس سے بہت اسباق چھوٹ جاتے ہیں جس کے نتیجے میں وہ اگلے اسباق سمجھنے سے قاصر رہتا ہے۔ اگر بچے میں پھسڈی پن غیر حاضری کی وجہ سے پیدا ہو رہا ہے تو غیر حاضری کے اسباب کا پتا لگا کر بچے کو وقت پر پابندی سے اسکول بھیجنے کا اہتمام کرنا چاہیے۔

اساتذہ کا ظالمانہ رویہ بھی پھسڈی پن کا محرک ہوتا ہے۔ بہت سے معلم نہایت خشک انداز سے پڑھاتے ہیں۔ بات بات پر "کان پکڑی" اور ڈنڈے کا استعمال کرتے ہیں۔ طلبہ کی نفسیات اور رجحانات کا مطالعہ کیے بغیر سب کو ایک ہی لاٹھی سے ہانکا جاتا ہے۔ سبق کسی کے پلے پڑے یا نہ پڑے' یہ دقیانوسی معلم پڑھائے چلے جاتے ہیں۔ بولنے پر آمادہ ہوتے ہیں تو رکنے کا نام نہیں لیتے اور خاموش ہونے پر آتے ہیں تو کسی طالب علم کو اپنی الجھن پیش کرنے کی اجازت نہیں دیتے وہ اپنے کو "عقل کل" سمجھتے ہیں اور کسی بھی نئے طریقے سے استفادے کو اپنے علم کی توہین تصور کرتے ہیں۔

اگر آپ کا بچہ اس قسم کے معلمین کے حوالے ہو گیا ہے تو ان کے چنگل سے نجات دے کر اپنے بچے کو ان مشفق اساتذہ کی آغوش تربیت میں منتقل کر دیجیے جو تعلیم و تدریس کے فن سے دل چسپی رکھتے ہوں' بچوں کی نفسیات کی روشنی میں مسائل کو سمجھنے اور حل کرنے کی صلاحیت رکھتے ہوں۔ جو ڈنڈے کی بجائے شفقت سے تعلیم و تدریس کے اصول پر عمل پیرا ہوں' جو گوناگوں دل چسپیوں سے اسکول کی زندگی کو اس قدر لطف اندوز کر دیتے ہوں کہ بچہ کسی بھی صورت تنفر و اکتاہٹ کا شکار نہ ہونے پائے اور پھسڈی پن کو پھلنے پھولنے کا موقع نہ مل سکے۔

مدرسے کا غیر موزوں ماحول بھی پھسڈی پن کا سبب ہوتا ہے۔ اگر مدرسے کا

محل وقوع غیر مناسب ہے۔ اس کے کمرے تنگ و تاریک ہیں۔ مدرسے کی عمارت کے پاس گندگی کے ڈھیر پڑے رہتے ہیں۔ طلبہ ننگی زمین یا ٹاٹ کے بوسیدہ ٹکڑوں پر بیٹھتے ہیں۔ دیواروں پر گردو غبار اور چھت پر مکڑی جالے تنے ہوئے ہیں تو بچے کی طبیعت پڑھنے سے خود بخود اکتا جائے گی۔ وہ ایسے گھٹے ہوئے ماحول سے بھاگنے کی کوشش کرے گا۔

اپنے بچے کے لیے ایسی تعلیم گاہ کا انتخاب کیجیے جو جیل خانے کی بجائے تفریح گاہ معلوم ہو۔ جس کی عمارت سادہ ہی ہو مگر صاف ستھری ہو۔ نشست کا بہتر نظم ہو۔ تعلیمی و توضیحی نقشے، چارٹ وغیرہ وافر مقدار میں ہوں۔ نصابی کتب کے علاوہ دوسرے دل چسپ مشاغل مثلاً آرٹ، کرافٹ، کھیل کود کے سامان بھی موجود ہوں۔

پھسڈی پن کا ایک بڑا سبب یہ ہوتا ہے کہ بچے پر عمر اور ذہنی صلاحیت سے زیادہ بار لاد دیا جاتا ہے۔ آدمی اپنے اوپر قیاس کرکے بچے سے اپنی جیسی توقعات وابستہ کرلیتا ہے۔ بچے کی بساط اور استعداد سے اونچے درجے میں اسے داخل کرادیا جاتا ہے۔ کسی مضمون کو وقت سے پہلے یا کافی دیر سے شروع کرنا اور ترقی دینے میں بہت جلدی یا بہت تاخیر کرنا بھی بچے کو پھسڈی بنانے کا سبب ہو سکتا ہے۔

بچے کو اس کی عمر اور صلاحیت کے اعتبار سے موزوں درجے میں داخلہ دلائیے۔ فطری رفتار سے اسے آگے بڑھنے دیجیے۔ ایک سال میں دو درجے کا نصاب پڑھانے کی کوشش نہ کیجیے۔ بچے پر دوہرے کورس کا بار کبھی نہ ڈالیے۔ عموماً والدین بچے سے ایک ساتھ دو دو امتحان دلانے کی کوشش کرتے ہیں اگر بچہ عربی مدرسے میں پڑھتا ہے تو والدین سرکاری مضامین پرائیوٹ طور سے پڑھا کر سرکاری امتحان بھی دلانا چاہتے ہیں اور اگر بچہ سرکاری اسکول میں پڑھتا ہے تو بہت سے والدین اسے ادیب، منشی اور مولوی وغیرہ کے امتحانات دلانے کے لیے الگ سے اس پر بار ڈالتے ہیں۔ اس سے بچہ مایوسی کا شکار ہو سکتا ہے۔ اگر بچہ غیر معمولی ذہانت یا قوت حافظہ کا

مالک ہے تو ایسا کرنے میں کوئی حرج نہیں۔ لیکن متوسط ذہن رکھنے والے طلبہ کے ساتھ ایسا کرنا مناسب نہیں اور کند ذہن طلبہ کے ساتھ ایسا کرنا تو ظلم عظیم اور ان کی شخصیت کے قتل کے مترادف ہے۔

بچے کو پھسڈی بنانے میں گھر کے ماحول کو بھی بڑا دخل ہوتا ہے۔ گھر کی زبوں حالی' والدین کی بیماری یا بے روزگاری کے سبب بچہ پابندی سے اسکول نہیں جاپاتا اور اچھا خاصا ذہین بچہ بھی پھسڈی ہو کر رہ جاتا ہے۔ ہمارے معاشرتی ارتقا میں غربت و افلاس ایک بڑی رکاوٹ ہے۔ ملک کے سنجیدہ لوگوں کو ایسے نظام معیشت کے سلسلے میں گہرائی سے سوچنا چاہیے جو غریبی و امیری کی روز بروز بڑھتی ہوئی خلیج کو پاٹ سکے۔ تقریباً نصف آبادی جو خط غربت سے نیچے زندگی گزار رہی ہے' اسے خوش حال بنا سکے۔ مجموعی طور پر ملک کی معاشی حالت درست کر سکے اور ملک کا کوئی باشندہ بے روزگار نہ رہ سکے۔ اگر اسلامی اصول معیشت کی روشنی میں ملک کی خوش حالی کے لیے پروگرام بنایا جائے اور معاشرہ ذہنی طور پر اس کے لیے تیار ہو چکا ہو تو یقیناً ملک کا ہر باشندہ خوش حال ہو جائے۔ سود او رشوت ستانی کے تمام بت ٹوٹ کر رہ جائیں گے۔ آنے والی نسلوں کی بھلائی کے لیے بہرحال ایک عظیم انقلاب کی ضرورت ہے۔

خوش حال گھرانوں میں بھی والدین کا ناروا سلوک ان کی غیرذمے دارانہ روش' لین دین میں بے اصولانہ پن ان کی خباثت و بددیانتی سے بچہ مجرمانہ حرکتوں کا شکار ہو کر اسکولی کاموں میں دل چسپی کم لینے لگے گا۔ نتیجتاً" وہ اپنے ساتھیوں سے کافی پیچھے رہ جاتا ہے۔ ایسی صورت حال میں والدین کو نہایت ایمان داری سے اپنا احتساب کرنا چاہیے اور بچے کے مستقبل کی خاطر اپنی روش میں نمایاں تبدیلی لانا چاہیے۔

گردوپیش اور محلے کا مخرب اخلاق ماحول بھی بچے کو پھسڈی بنانے میں اہم رول ادا کرتا ہے۔ بچہ اسکول سے جو تھوڑا بہت سیکھ کر آتا ہے' وہ گلی کے آوارہ

لڑکوں کی صحبت میں بھول بیٹھتا ہے' وہ آوارہ گردی اور بھگوڑے پن کے قصے سن کر گمان کرنے لگتا ہے کہ تعلیم میں مغزنی کرنا محض فضول ہے۔ اگر اس کے والدین اس کو مدرسے بھیج بھی دیتے ہیں تو اس کا ذہن اپنے محلے کے ان دوستوں میں محو ہوتا ہے جو نہایت آزادی و بے باکی سے اپنے حوصلے نکال رہے ہوتے ہیں۔

ہمارے گردوپیش ایسے آوارہ گرد بچوں کی تعداد میں تشویش ناک حد تک اضافہ ہو رہا ہے جو شیطانی حرکتوں میں سرگرم عمل رہتے ہیں۔ جن کے سامنے زندگی کا کوئی مقصد ہوتا ہے اور نہ اپنے مستقبل کی کوئی فکر۔ ایسے ماحول کو بدلنے کی سنجیدگی سے کوشش کیجیے۔ طلبہ اور نوجوانوں کو اکٹھا کرکے انھیں دل سوزی سے سمجھائیے۔ ان کا حقیقی مقام انھیں یاد دلائیے۔ ان کے والدین کو اس صورت حال کی طرف متوجہ کیجیے۔ ان کے فرائض و واجبات کی یاددہانی کرائیے۔ جب تک آپ ماحول کو نہ بدل سکیں' اس مخرب اخلاق اور فحش ماحول سے اپنے بچوں کو دور رکھیں۔ اس کا بہتر طریقہ یہ ہے کہ محلے کے اچھے بچوں کو منتخب کرکے ان کی ایک انجمن بنا دیجیے تاکہ وہ آپس میں شریک ہوکر مضرصحت مشاغل اور مخرب اخلاق ماحول سے محفوظ ہو سکیں۔ وہ اپنی انجمن میں بیت بازی' الفاظ سازی' تعلیمی تاش' لوڈو' لطائف اور نظم خوانی وغیرہ تعمیری مشاغل میں اپنی اضافی صلاحیتیں لگائیں۔ اگر پھسڈی بچوں کو بھی ایسا ماحول فراہم کردیا جائے تو امید ہے کہ ان کا پھسڈی پن بھی دور ہو جائے۔

پھسڈی پن کا ایک اہم سبب مدرسے اور گھر کے مابین ہم آہنگی اور تعاون کا فقدان ہے۔ اگر گھر اور مدرسہ باہمی تعاون سے بچے کی تربیت و نگہداشت کریں تو پھسڈی پن کے امکانات بہت کم ہوجاتے ہیں۔ نہ تو معلم کو یہ توفیق ہوتی ہے کہ وہ والدین سے بچے کی خوبیوں اور کمیوں پر تبادلۂ خیال کرسکیں اور نہ ہی کبھی والدین جاکر معلم سے بچے کے کردار کی مکمل رپورٹ حاصل کرتے ہیں۔ اگر والدین اور معلم کے مابین مستقل رابطہ قائم رہے۔ دونوں مل کر بچے کی خوبیوں کو پروان چڑھانے اور اس

کے نقائص کو دور کرنے کی حکیمانہ تدبیر کریں تو بچے کے بگاڑ کے امکانات تقریباً ختم ہو جائیں۔ مگر ہوتا یہ ہے کہ اگر معلم پھسڈی بچے کی شکایت اس کے والدین سے کردے تو والدین اصلاح کی بجائے یا تو بچے پر برس پڑتے ہیں یا معلم ہی سے بدگمان ہو جاتے ہیں۔ نتیجتاً یہ پھسڈی اور آوارہ بچے مستقبل میں ماں باپ اور ملک و سماج کے لیے مستقل دردِ سر بن جاتے ہیں۔

بہرحال پھسڈی بچے ہماری توجہ کے بہت زیادہ مستحق ہیں۔ انھیں پھسڈی پن اور مایوسی سے نجات دلانے کی ہر ممکن کوشش ہمارا فرض ہے۔ کہیں ایسا نہ ہو کہ کل قیامت میں خدا کے سامنے کوئی بچہ یہ دعویٰ کر بیٹھے کہ اس کے پھسڈی پن کی ذمے داری ہم پر عائد ہوتی ہے۔

باب ہفتم (بچے کی مشکلات)

انگوٹھا چوسنا

بعض بچے انگوٹھا چوسنے کے عادی ہو جاتے ہیں۔ انگوٹھا چوسنا ایک بری عادت ہے یا ایک فطری امر؟ اس مسئلے پر کافی اختلاف پایا جاتا ہے۔ اسی اختلاف رائے کے نتیجے میں اس موضوع پر بہت کچھ بحث ہوئی کہ بچے کو انگوٹھا چوسنے سے روکا جائے یا نہ روکا جائے۔

جب ایسے بچے انگوٹھا چوستے ہیں جنہیں ماں کا دودھ یا اوپری دودھ اطمینان بخش نہیں مل پاتا تو یہ کہا جاسکتا ہے کہ وہ پوری غذا نہ ملنے کی وجہ سے ایسا کر رہے ہیں۔ لیکن ایسے بچے بھی انگوٹھا چوسنے کی عادت میں مبتلا ہوتے ہیں جنہیں ماں کا دودھ اطمینان بخش طور پر نصیب ہوتا ہے جب کہ ایسے بچے بھی ہوتے ہیں جن کو کافی مقدار میں دودھ نہیں مل پاتا اور ان کی نشوونما اطمینان بخش طور پر نہیں ہوپاتی، مگر وہ پھر بھی انگوٹھا نہیں چوستے اس لیے کہا جاتا ہے کہ انگوٹھا چوسنے کی عادت کو "فطری خواہش" قرار دینا چاہیے اور بچے کی تربیت کے سلسلے میں یہ تسلیم کرکے چلنا چاہیے کہ بچے میں یہ فطری داعیہ پایا جاتا ہے کہ ماں کی چھاتی سے پورا دودھ پینے کے باوجود اسے چوسنے کے لیے کوئی چیز مل جائے اس لیے اگر کوئی بچہ انگوٹھا چوستا ہے تو اسے روکا نہ جائے وہ وقت آنے پر خود ہی اس عادت کو چھوڑ دے گا۔

انگوٹھا چوسنے کو اگر فطری داعیہ نہ مانا جائے تو اس کے مختلف اسباب و محرکات قرار دیے جاسکتے ہیں۔ مثلاً بچہ بھوک کی وجہ سے انگوٹھا چوستا ہے اگر بچے کو پوری غذا ملتی رہے تو اس کی یہ عادت ختم ہو سکتی ہے۔ بچہ اگر کسی وجہ سستی یا تکان کا شکار ہو گیا ہے تو ایسی حالت میں انگوٹھا چوسنے سے اسے ایک قسم کی راحت اور تسکین حاصل

ہوتی ہے۔ ذہنی کش مکش میں مبتلا بچہ بھی انگوٹھا چوس کر عارضی طور پر آرام محسوس کرتا ہے۔ ان حالات میں اسباب و محرکات کا پتا لگا کر ان کا سدباب کیا جانا چاہیے اور حکمت و احتیاط کے ساتھ بچے کی اس عادت کو کم سے کم کرنے کی کوشش کی جانی چاہیے۔

طبی پہلو سے انگوٹھا چوسنے کی عادت کو اچھا نہیں کہا جاسکتا۔ کیوں کہ اس سے انگوٹھے اور مسوڑھوں کی نشوونما متاثر ہوتی ہے اور تنفس کے بھی بگڑ جانے کا اندیشہ رہتا ہے۔ نفسیاتی نقطہ نظر سے بھی انگوٹھا چوسنا اچھی عادت نہیں۔ اس عادت کی وجہ سے بچہ گردوپیش کی چیزوں کو چھونے اور ان سے کام لینے سے محروم رہ جاتا ہے۔ اس لیے اس کی ذہنی صلاحیت کی نشوونما نہیں ہوپاتی۔ تحریک اور جدوجہد کے بجائے اس میں جمود و تعطل کے رجحانات قوی ہوجاتے ہیں اور آیندہ زندگی میں ایسا بچہ زیادہ کامیاب نہیں ہوسکتا۔ اپنی ذات میں مگن رہنے کا یہ مشغلہ پختہ ہوکر اسے زندگی کے گوناگوں مشاغل میں اپنا رول ادا کرنے سے باز رکھتا ہے۔

طبی اور نفسیاتی پہلو سے انگوٹھا چوسنے کی عادت کو بہرحال نقصان دہ قرار دیا جاسکتا ہے۔ مگر اس عادت سے بچے کو باز رکھنے کے لیے انتہائی حکمت اور تحمل سے کام لینا چاہیے۔ اس عادت کو چھڑانے کے لیے بچے کو جھڑکنا، لعن طعن کرنا یا جسمانی سزا دینا کسی بھی طرح مناسب نہیں۔ بعض عورتیں بچے کو اس عادت سے باز رکھنے کے لیے اس کے انگوٹھے پر پھٹکری یا ایلوا لگادیتی ہیں۔ بعض عورتیں ہاتھوں پر دستانے چڑھادیتی ہیں اور بعض عورتیں قمیص کی آستین اتنی لمبی سی دیتی ہیں کہ بچے کا پورا ہاتھ چھپا رہے۔ یہ سب طریقے نہایت ناموزوں اور نقصان دہ ہیں۔

انگوٹھا چوسنے پر ماں ماتھے پر کوئی بل نہ لائے، بلکہ آہستہ سے اس کا انگوٹھا منہ سے باہر نکال دے اور اس کو کچھ ایسے کھلونے دے دے جن سے وہ کھیلتا رہے۔ بچے کے لیے شگفتہ ماحول پیدا کرے اور اس کی تشفی کا ہر سامان فراہم کرے تو انگوٹھا

چوسنے کی عادت رفتہ رفتہ ختم ہو جائے گی۔ اگر تمام مناسب تدابیر اختیار کرنے پر بھی انگوٹھا چوسنے کی عادت ختم نہ ہو تو پریشان ہونے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ بڑا ہو کر بچہ خود بخود اس عادت کو ترک کردے گا۔ اگر کافی بڑا ہونے پر بھی بچہ اس عادت کو نہ چھوڑے تو کسی ماہر نفسیات کی جانب رجوع کیا جانا چاہیے۔

بعض بچوں کو دانتوں سے ناخن کترنے کی عادت پڑ جاتی ہے جس کی وجہ سے ان کے ناخنوں کی گندگی ان کے معدے میں پہنچ کر صحت کے لیے نقصان دہ ہوتی ہے۔ عموماً ایسے بچے ذہنی انتشار و اضطراب کا شکار ہوتے ہیں۔ ایسے بچوں کے لیے ایک طرف ذہنی شگفتگی کا بندوبست کیا جائے اور دوسری طرف انہیں اس عادت کے طبی اور سماجی نقصانات بتائے جائیں۔ توقع ہے کہ وہ اس عادت کو ترک کردیں گے۔

بستر خراب کرنا

چھوٹے بچے بار بار بستر خراب کرتے ہیں۔ وقت بے وقت ماں کو پیشاب پاخانے کی آلائشوں سے بستر صاف کرنا پڑتا ہے۔ یہ ایک تکلیف دہ فریضہ ہے جو ماں کو انجام دینا پڑتا ہے۔ بہت کم بچے ایسے ہوتے ہیں جو بستر پر پیشاب پاخانہ نہ کرتے ہوں۔ اکثر بچے عموماً بستر پر ہی پیشاب پاخانہ کردیتے ہیں۔ ماؤں کو یہ حرکت برداشت سے باہر محسوس ہونے لگتی ہے۔ اس لیے وہ بچے کو جھڑکنا اور ڈانٹنا شروع کردیتی ہیں اور بسا اوقات پٹائی سے بھی دریغ نہیں کرتیں۔ لیکن بچے کی تو یہ عادت ہے۔ روک ٹوک کے باوجود بچہ باز نہیں آسکتا' بلکہ اس کی عادت میں اضافہ ہو سکتا ہے۔

ولادت کے فوراً بعد بچے کو اس بات کا عادی بنایا جائے کہ وہ مقررہ وقت پر ہی پیشاب پاخانہ کرے تو نفسیات و طب کے ماہرین کے نزدیک بچے کے کم زور اعضاء پر اس کی طاقت سے زیادہ بوجھ ڈالنے کے مترادف ہے۔ اس لیے بچہ جب تک اشارے سے اپنی رفع حاجت کا اظہار کرنے کے قابل نہ ہو جائے' ماں کو نہایت پامردی اور

صبر مزاجی سے کام لے کر بچے کی راحت کے لیے اپنے آرام و سکون کی قربانی دینی چاہیے۔ ضعف و کم زوری کے ایام میں بچے پر کسی قسم کی پابندی عائد نہ کی جائے' ورنہ قبض کے عارضے کا اندیشہ رہتا ہے۔ البتہ جب بچہ اپنی خواہش اور ضرورت کو مختلف اشاروں سے ظاہر کرنے کے قابل ہوجائے تب بچے کی تربیت کا عمل شروع کرنا چاہیے' عموماً بچہ ایک سال کا ہوجانے پر اشاروں کے ذریعہ اپنی ضرورت سے آگاہ کرنے لگتا ہے مثلاً وہ اپنے خصیوں پر ہاتھ رکھ کر بے چینی کا اظہار کرتا ہے یا اس کی ٹانگوں میں تناؤ نظر آتا ہے یا وہ مخصوص قسم کے الفاظ زبان سے نکالتا ہے یا ہاتھ سے اشارہ کرتا ہے۔ اس عمر میں بچہ ماں کی تربیت کی تاب لانے کے لائق ہوجاتا ہے اور اس کے اعضا قدرے مضبوط ہوجاتے ہیں۔

تمام تر تدابیر اختیار کرنے کے باوجود اس کا امکان رہتا ہے کہ بچہ پھر بھی بستر خراب کردے' کیوں کہ وہ بہرحال بچہ ہے پھر یہ تدابیر آٹھ' نو ماہ بعد تو اختیار کی جاسکتی ہیں' اس سے پہلے بچہ بہرحال بار بار بستر خراب کرے گا۔ بستر کو بار بار بدلنے اور پوتڑوں کو صاف رکھنے کا مسئلہ واقعی ماں کے لیے دردِ سر ہے۔ لیکن ایک ماں اپنے بچے کے لیے جہاں بہت سے درد جھیلتی ہے تو اس ایک درد کو بھی نہایت خندہ پیشانی سے برداشت کرنا چاہیے۔ کیوں کہ بستر کی صفائی کا بچے کی صحت سے گہرا تعلق ہے۔ اگر بچہ گندے یا گیلے بستر پر پڑا رہے گا تو بیمار پڑجانے کا قوی اندیشہ موجود رہے گا۔

آج کل پوتڑوں کی صفائی کا مسئلہ بھی اس طرح حل کیا جاتا ہے کہ پوتڑوں کے اندر باریک نرم کاغذ رکھ دیا جاتا ہے تاکہ پوتڑے پاخانے کی آلائش سے صاف رہیں۔ ایک دوسرا طریقہ یہ بھی رائج ہے کہ بچے کے بستر کے اوپر ایک ربڑ یا پلاسٹک کا کپڑا استعمال کیا جاتا ہے۔ اس طریقے سے بچے کو ربڑ کے کپڑے پر سونے سے پورا آرام نہیں ملتا اور موسم سرما میں بچہ اذیت محسوس کرتا ہے۔ اگر اس طریقے کو اختیار نہ کیا جائے تو زیادہ بہتر ہے۔ کیوں کہ بچے کی صحت اور آرام ہر چیز پر مقدم ہے۔

روزانہ پوتڑوں کی دھلائی سے بچنے کے لیے ایک ماڈرن طریقہ یہ اختیار کیا جاسکتا ہے کہ بچے کے تمام گندے کپڑے' پوتڑے ٹین کے ایک بڑے سے ڈبے میں ڈال دیے جائیں اور اس میں سڑاند کو دور کرنے والی دوا کا لوشن ڈال دیا جائے' پھر ڈبے کا منہ بند کرکے اس کو آگ پر ابال کر کپڑوں کو خشک کرلیا جائے۔

بچے کے بار بار بستر خراب کرنے پر مائیں بچے کو برا بھلا کہتی ہیں اور بعض مائیں تو اس چھوٹی سی عمر میں جسمانی سزا دینے سے بھی دریغ نہیں کرتیں۔ یہ دراصل مادرانہ فرائض سے بغاوت ہے۔ بچہ ناسمجھ ہے اس پر برا اثر پڑے گا۔ اس لیے بچے کو اس سلسلے میں پوری آزادی دی جائے اور اس کی بہتر صحت کے لیے اس پریشانی کو بھی نہایت خندہ پیشانی سے جھیلا جائے۔

بچے کے ایک سال کے قریب ہوجانے پر مائیں اگر چند تدابیر اختیار کریں تو توقع ہے کہ بچے کو ایسی عادت پڑجائے کہ وہ بستر پر پاخانہ پیشاب نہ کرے۔ جب بچہ بے چینی کا اظہار کرے یا اجابت کے لیے کسی بھی قسم کا اشارہ کرے تو ماں ہر کام کاج چھوڑ کر بچے کی مدد کے لیے پہنچ جائے۔ بچہ معاملے کی نوعیت کو سمجھنے لگے گا اور پھر وہ ماں کے بغیر اجابت نہ کرے گا' ہمارے گھر میں اس کا تجربہ ہوا ہے۔ میری چھوٹی بیٹی کے ساتھ جب یہ سلوک کیا گیا تو اس کا یہ معمول ہوگیا' وہ اپنی امی کے بغیر اجابت نہیں کرتی تھی۔ رات میں بھی اگر اس کو ضرورت محسوس ہوتی تو وہ رو کر یا اپنے ہاتھ کو ماں کے جسم پر پھیر کر ماں کو بے دار کرلیتی اور ماں سمجھ جاتی کہ بچی کو اجابت کرنا ہے۔ جب وہ ذرا ذرا بولنے لگی تو اجابت کے لیے اپنی امی کو بے دار کرتی اس کی امی نے چوں کہ شروع ہی سے بیت الخلاء میں اجابت کرائی' اس لیے بچی کو یہ عادت پڑگئی کہ وہ بیت الخلاء کے علاوہ کسی دوسری جگہ پاخانہ نہیں کرتی تھی۔ ہم لوگ اگر کہیں پر مہمان بن کر جاتے تو میزبان بھی بچی کی اس عادت پر حیران رہ جاتے کہ ایک ڈیڑھ سال کی بچی صرف بیت الخلاء ہی میں پاخانہ کرتی ہے اس لیے میں سمجھتا ہوں اگر احتیاط

و حکمت سے کام لیا جائے تو بچے کو اس بات کا عادی بنایا جا سکتا ہے کہ وہ بستر خراب نہ کرے اور مختلف اشاروں سے ماں کو بتا دے کہ اسے اجابت کی ضرورت ہے اور ماں اسے اجابت کرا دے۔

کبھی ایسا بھی ہوتا ہے کہ بچہ اندھیرے میں ڈر جاتا ہے یا ڈراؤنا خواب دیکھ لیتا ہے اور وہ بستر خراب کر دیتا ہے۔ اس صورت میں آپ بچے کو بے قصور سمجھیے۔ اس کی اس حرکت پر ذرا بھی برا نہ مانیے' بلکہ اس کو گود میں لے کر پیار کیجیے تاکہ اس کے دل سے خوف کے اثرات بالکل ختم ہو جائیں اور آیندہ اس بات کی کوشش کیجیے کہ بچے کو تاریک کمرے میں نہ سلایئے اور نہ تنہا چھوڑیے۔ کسی بھی قسم کا خوف کھانے کا موقع ہرگز نہ دیجیے۔ عام طور سے مائیں بچوں کو طرح طرح کی چیزوں سے ڈراتی ہیں۔ یہ نہایت خطرناک حرکت ہے جس سے ہر ماں کو اجتناب کرنا چاہیے۔ بعض بچوں کو جن' بھوت' پری' چڑیل' ڈائن اور باباجی کے سنسنی خیز قصے سنائے جاتے ہیں۔ ان قصوں کو سن کر گھر کے تاریک اور خالی کونوں میں موہوم عکس دیکھ کر بچوں کے ذہن میں خوف بیٹھ جاتا ہے' اس لیے سنسنی خیز قصوں کے بجائے ایسے قصے سنائے جائیں جو دل چسپ ہونے کے ساتھ ساتھ راحت و سکون اور حوصلہ و ہمت کا باعث ہوں۔

بچے کو سلانے سے پہلے پیشاب ضرور کرا لیجیے اگر ایسا نہ کیا جائے تو عین ممکن ہے کہ بچہ ضرورت سے مجبور ہو کر بے خیالی میں بستر پر پیشاب کر دے اور پھر یہ بچے کا معمول بن جائے گا' اس لیے سونے سے پہلے پیشاب کی عادت ڈالنا چاہیے۔ تاکہ مثانہ خالی رہے اور پیشاب کی حاجت کم ہو۔ سردی کی طویل راتوں میں بچے جاگ جاتے ہیں۔ بچے کے بے دار ہونے پر بھی پیشاب کرا لیا جائے۔

کسی بھی سبب سے بچے میں ضد اور نفرت پیدا نہ ہونے دیجیے۔ تجربہ شاہد ہے کہ بچہ اگر یہ محسوس کرتا ہے کہ اس کی ماں کی توجہ اس کی طرف سے ہٹ گئی ہے یا کم

ہوگئی ہے تو وہ ماں کو اپنی طرف متوجہ کرنے کے لیے بھی بستر خراب کردیتا ہے اور اگر اسے یہ احساس ہو جائے کہ اس کی ماں صرف اسی حالت میں اس کی طرف متوجہ ہوتی ہے' تو وہ اس کو اپنا معمول بنالیتا ہے' اس لیے ماں کو چاہیے کہ وہ ٹوٹ کر بچے کو پیار کرے اور کسی بھی وقت بچے کو یہ احساس نہ ہونے دے کہ بچے کی طرف سے اس کی توجہ ہٹ گئی ہے یا کم ہوگئی ہے۔

اگر بچہ رات کو سوتے میں بستر پر پیشاب کردے تو حکمت سے اس کی اصلاح کی کوشش کیجیے' مگر گھر والوں کو اس کی اجازت نہ دیجیے کہ وہ بچے کا مذاق کریں۔ اس کی ہنسی اڑائیں۔ اسے "متو" یا "موتنا" جیسے ناموں سے چڑائیں۔ اس رویے سے بچے میں نااہلی کا احساس پیدا ہوتا ہے۔ اسے اپنی بے عزتی محسوس ہوتی ہے اور اس میں نفرت و ضد کا جذبہ پروان چڑھتا ہے۔ اس میں جھجک اور کم تری پیدا ہوگی اور وہ اپنی اصلاح نہ کرسکے گا' بلکہ اس سے اس کی ذہنی نشوونما بھی متاثر ہوگی۔

بچہ جب کچھ سمجھ دار ہو جائے تو اسے صفائی ستھرائی کی تلقین کیجیے۔ اسے بتایئے کہ جو بچے صاف رہتے ہیں' لوگ ان سے محبت کرتے ہیں۔ انہیں اچھا سمجھتے ہیں اور انہیں قریب لگاتے ہیں اور جو بچے گندے رہتے ہیں' لوگ ان سے نفرت کرتے ہیں' انہیں اپنے پاس نہیں بٹھاتے' انہیں سب لوگ برا سمجھتے ہیں۔

پیشاب کا خطا ہونا کسی جسمانی وجہ سے بھی ہو سکتا ہے۔ ایسی شکل میں علاج و معالجے کی طرف توجہ دینی چاہیے۔

دودھ چھڑانا

دودھ چھڑانے کا مسئلہ بسا اوقات ماں کے لیے بڑا مشکل بن جاتا ہے۔ بچہ ماں کی چھاتیوں کو چچوڑتا رہتا ہے اور ان میں سے دودھ نہیں نکلتا۔ دو' ڈھائی سال کے بعد بھی بعض بچے ماں کی چھاتی ہی سے دودھ پینا چاہتے ہیں اور ماں مجبوراً اپنی چھاتی پر

کڑوی کسیلی دوا مل کر بچے کا دودھ چھڑانا چاہتی ہے اور اگر بچہ پھر بھی نہیں مانتا ہے تو بچے کو ڈانٹ ڈپٹ کر' یا مار پیٹ کر دودھ پینے سے باز رکھنا چاہتی ہے۔ ماں کی اس روش سے کئی خرابیاں پیدا ہو جانے کا امکان رہتا ہے۔ بچے کو دودھ اور دودھ سے بنی چیزوں سے نفرت ہو جاتی ہے اور یہ مسئلہ اس وقت پے چیدہ ہو جاتا ہے جب بیماری کی حالت میں ڈاکٹر اس کے لیے دودھ کی غذا تجویز کرتا ہے۔

اچانک دودھ چھڑانے کی شکل میں اس کے ذہن میں یہ بات بیٹھ جاتی ہے کہ اب اس کی ماں کو اس سے پہلی جیسی محبت نہیں رہی۔ وہ اپنے کو شفقت اور ممتا سے محروم محسوس کرتا ہے' جس کے نتیجے میں اس کے اندر مایوسی و شکستگی اور روکھے پن کے جذبات نشوونما پانے لگتے ہیں۔ آیندہ زندگی میں وہ محبت کے اظہار کے سلسلے میں خشک مزاج ثابت ہوتا ہے اور اس کو عملی زندگی میں متعدد دشواریوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

بچہ ماں کی چھاتی سے محض دودھ ہی نہیں پیتا بلکہ وہ ماں کی آغوش میں جاکر عافیت محسوس کرتا ہے۔ وہ ماں کی چھاتی سے چمٹ کر خود کو محفوظ و مامون سمجھتا ہے۔ پھر ماں کی گود میں اس کو ہلکے ہلکے ہچکولے ملتے ہیں تو وہ بڑا لطف اور سکون محسوس کرتا ہے۔ اس لیے وہ اکثر ماں کی آغوش میں سو جاتا ہے۔ دودھ پلاتے وقت ماں کے اندر بھی محبت زیادہ بھڑکنے لگتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ماں دودھ پلاتے پلاتے بے ارادہ بچے کو تھپکنے بھی لگتی ہے۔

اب ذرا سوچیے اگر ماں بچے کو ان نعمتوں سے یک لخت محروم کرنا چاہے تو کیا وہ آسانی سے ان نعمتوں کو چھننے دے گا۔ کیا وہ نئی نئی مشکلات پیدا کرکے اپنے لیے ان رعایتوں کو محفوظ رکھنے کی کوشش نہیں کرے گا؟ یہی وہ سخت امتحان ہے' جہاں ماں کو بہت دانش مندی ـــ بچے کو ان نعمتوں سے محروم ہونے کا احساس ہوئے بغیر دودھ چھڑانا ہوتا ہے۔ عموماً ایسا ہوتا ہے کہ ماں جب بچے کا دودھ چھڑاتی ہے تو اس سے

پوری طرح اعلان بے زاری کردیتی ہے۔ اس کو اس لیے گود میں نہیں لیتی کہ وہ پستانوں سے منہ لگادے گا۔ بلکہ اس کی نگاہوں کے سامنے بھی کم آتی ہے تاکہ بچہ دیکھ کر دودھ نہ مانگے۔ جب بچہ اچانک یہ تبدیلی دیکھتا ہے تو اسے یقین ہوجاتا ہے کہ اس کی ماں کا وہ دل جہاں سے محبت کے سوتے پھوٹتے تھے' اب سخت چٹان بن گیا ہے۔ ماں کی آغوش جو اس کے لیے عافیت و سکون کا ذریعہ تھی' اس سے چھین لی گئی ہے۔ چناں چہ وہ شکستگی و مایوسی کا شکار ہوجاتا ہے۔ ماں سمجھتی ہے کہ بیٹے نے دودھ پینا چھوڑ دیا اور وہ اپنے مقصد میں کامیاب ہوگئی ہے حالاں کہ اس نے بچے کی ذہنی صلاحیتوں کا خون کرڈالا ہے۔ بچے کے اندر سے محبت کا جذبہ ختم کرکے اس کی سیرت کی تعمیر میں رکاوٹ ڈال دی ہے۔

دودھ چھڑاتے وقت اس بات کا خاص طور پر خیال رکھا جائے کہ بچہ یہ نہ سمجھ سکے کہ ماں کی محبت میں کوئی کمی ہورہی ہے یا اس کی گود اس سے چھینی جارہی ہے۔ دودھ چھڑاتے وقت بھی ماں بچے کو اتنی ہی محبت دے جتنی کہ دودھ پلاتے وقت دیتی تھی۔ دودھ چھڑانے کے زمانے میں بھی بچے کو گود میں سو رہنے' تھپتھپانے اور لوریاں سننے کا پورا موقع دے تاکہ بچے کو یہ محسوس نہ ہوسکے کہ اس کی زندگی میں کوئی نئی تبدیلی آرہی ہے۔

دوسرے یہ کہ دفعتاً بچے کا دودھ نہ چھڑایا جائے کیوں کہ اس شکل میں بچے کے کم زور ہونے کا خدشہ بھی ہوتا ہے اور اس کی سیرت میں مایوسی و شکستگی کا پہلو غالب ہوجانے کا بھی امکان رہتا ہے۔ بچہ جب آٹھ' نو ماہ کا ہوجائے تو اسے عمدہ قسم کا ایک بسکٹ یا روٹی کا ٹکڑا پکڑا دیا جائے تاکہ وہ اسے منہ میں چوسنے کی عادت ڈالے۔ رفتہ رفتہ بچے کو گوشت کی بوٹی یا چوزے کی ہڈی چوسنے کے لیے دی جائے۔ پھلوں کا رس پانی ملاکر چمچے یا پیالی سے پلایا جائے۔ دھیرے دھیرے ماں اپنا دودھ پلانے میں کمی کرتی جائے اور اس کی جگہ اناج کے نشاستے یا آش جو میں گائے کا دودھ ملاکر دیا جائے۔

ڈبے کا اچھی قسم کا دودھ بھی دیا جاسکتا ہے۔ تدریجاً ماں کے دودھ میں کمی کی جاتی رہے اور اس کی تلافی کے لیے توس پر مکھن یا انڈے کی زردی لگا کر، نیم برشت انڈا یا دودھ میں گیہوں کا دلیا ملا کر دیا جائے۔ گوشت کی یخنی اور گوشت کا شوربہ بھی دیا جاسکتا ہے۔ پختہ میوے اور سبزیاں بھی شروع کردی جائیں۔

یہ چیزیں بچے کو اتنی رغبت سے کھلائی جائیں کہ وہ دودھ کے مقابلے میں زیادہ لذت محسوس کرنے لگے اور یہ سمجھنے لگے کہ ماں کی محبت ان غذاؤں کے استعمال کے ساتھ بھی وابستہ رہے گی۔ اس طرح ماں رفتہ رفتہ اپنے دودھ میں کمی کرتی رہے اور ٹھوس غذاؤں میں اضافہ، اس حکیمانہ رویے سے ماں بہت خوش اسلوبی کے ساتھ دو سال پورا ہونے پر بچے کا دودھ چھڑا سکتی ہے۔ اسلام نے دودھ پینے کی مدت دو سال مقرر کی ہے۔ بچے کی نفسیات و ضروریات کے لحاظ سے یہ مدت بہت مناسب اور معقول ہے اگر ماں چاہے تو بہت خوش گواری سے دو سال پورے ہونے پر بچے کا دودھ چھڑانے میں کامیاب ہوسکتی ہے۔

بعض مائیں خصوصاً "ماڈرن مائیں" بچے کو زیادہ دنوں تک دودھ پلانا پسند نہیں کرتیں، بلکہ وہ وقت سے پہلے ہی دودھ چھڑانا چاہتی ہیں۔ بعض خواتین خانہ داری کی مصروفیتوں کے پیش نظر ایسا کرنا ضروری سمجھتی ہیں۔ جو بچہ اس صورت حال سے دوچار ہوتا ہے، وہ ماں کی شفقت و محبت سے وقت سے پہلے ہی محروم ہوجاتا ہے۔ اب اس کو نہ ماں کی آغوش ملتی ہے، جس میں وہ عافیت و محافظت محسوس کرتا تھا، نہ ماں کی ہلکی ہلکی تھپتھپاہٹ نصیب ہوتی ہے، جس سے اسے سکون ملتا تھا۔ وہ اپنے کو غیر محفوظ سمجھتا ہے۔ وہ سہما سہما سب سے الگ تھلگ رہتا ہے۔ اس میں عزلت و تنہائی پسندی کی جبلت پروان چڑھنے لگتی ہے، جو مستقبل میں اجتماعی امور کی انجام دہی میں بڑی رکاوٹ ثابت ہوتی ہے۔

بعض مائیں مقررہ مدت سے زیادہ عرصے تک بچے کو دودھ پلاتی رہتی ہیں۔ وہ

بچے کو کوئی چیز کھلانا بھی اس کی صحت کے لیے نقصان دہ سمجھتی ہیں۔ حالاں کہ اس سے بچے کی بہت سی صلاحیتیں بری طرح متاثر ہوتی ہے۔

ماں کو چاہیے کہ بچے کا دودھ ڈیڑھ سال کی مدت میں چھڑائے، مگر اس کے لیے تدریج کا اصول پیش نظر رکھے۔ دفعتاً دودھ چھڑانے سے بچے کو کئی نقصانات کا سامنا کرنا پڑے گا۔ بچے کی بیماری یا کم زوری کی حالت میں دودھ ہرگز نہ چھڑایا جائے کیوں کہ وہ ان ایام میں ماں کی بھرپور توجہ کا مستحق ہے۔ اگر بچے کے دانت نکل رہے ہوں اور گرمی کا موسم ہو تب بھی دودھ چھڑانے کے سلسلے میں احتیاط برتنی چاہیے۔

دانت نکلنا

دانت دو بار نکلتے ہیں۔ پہلی بار نکلنے والے دانتوں کو "کچے دانت" یا "دودھ کے دانت" کہتے ہیں اور دوسری باری نکلنے والے دانتوں کو "پکے دانت"۔ بچے کے "کچے دانت" پیدائش کے چوتھے مہینہ بعد نکلنے شروع ہوتے ہیں اور دو ڈھائی سال تک سب دانت نکل آتے ہیں۔ بعض بچوں کا پہلا دانت آٹھویں مہینے تک نکلتا ہے۔ کچے دانتوں کی تعداد بیس ہوتی ہے۔ عموماً پہلا دانت نیچے کے مسوڑھوں کے وسط میں نکلتا ہے۔ ایسا بھی ہوتا ہے کہ سب سے پہلا دانت اوپر کے مسوڑھوں کے وسط میں نکلتا ہے۔ عورتیں اس کو "الٹا دانت" کہتی ہیں۔ الٹا دانت نکلنے میں نسبتاً زیادہ تکلیف ہوتی ہے۔

کچے دانت چھ سال کی عمر میں ٹوٹنا شروع ہو جاتے ہیں اسی دوران ان کی جگہ پکے دانت نکلتے ہیں اور ۱۲، ۲۰ سال کی عمر تک سب دانت نکل آتے ہیں۔ پکے دانت عموماً ۲۸ یا ۳۰ ہوتے ہیں جب کہ بعض کے ۳۲ بھی ہوتے ہیں۔

دانت نکلنے سے پہلے بچہ عموماً بہت سی چیزوں کو منہ میں لے جا کر اپنے مسوڑھوں میں دبانے اور چوسنے کی کوشش کرتا ہے۔ اس شغل میں اسے خوشی اور لذت محسوس

ہوتی ہے۔ وہ اپنے اندر ایک نئی صلاحیت کا انکشاف محسوس کرتا ہے۔ اس لیے وہ دودھ پیتے ہوئے چھاتی میں بھی کاٹ لیتا ہے۔ کیوں کہ وہ یہ معلوم کرنا چاہتا ہے کہ اسے جو ایک نئی چیز مل رہی ہے' اس سے کیا کیا کام لیا جاسکتا ہے۔ ایسی شکل میں بچے کو جھڑکنا یا مارنا قطعی مناسب نہیں ہے۔ اول تو یہ کہ اس سے بچہ سہم جاتا ہے اور دوسرے یہ کہ وہ دانتوں کے استعمال کے سلسلے میں زیاہ تجربہ نہیں کرپاتا۔ وہ یہ سمجھنے لگتا ہے کہ مسوڑھوں سے دبانے اور کاٹنے کا انجام تو مار کھانا ہے۔ اس لیے اس کی دانتوں اور مسوڑھوں کی نشوونما متاثر ہوتی ہے۔ اس کا یہ تصور کہ دانتوں کے استعمال کے نتیجے میں مار نصیب ہوتی ہے۔ چیزوں کے کاٹنے اور کھانے میں حارج ہوتا ہے اور بچہ ماں کی چھاتی سے چمٹے رہنے میں عافیت سمجھتا ہے۔ یہ روش دودھ چھڑاتے وقت بڑی پریشان کن ثابت ہوتی ہے۔ غلطی دراصل ہم کرتے ہیں اور مورد الزام بچے کو ٹھہراتے ہیں۔ اگر بچے کے نئے نئے تجربوں کو ہم خوشی خوشی برداشت کرجائیں تو ان کی صلاحیتیں صحیح وقت پر نشوونما پاسکیں گی اور ہم بہت سی ان دقتوں سے بچ جائیں گے' جن کا سامنا ہمیں اپنے غیردانش مندانہ رویے کی وجہ سے کرنا پڑتا ہے۔

اگر ماں پڑھی لکھی اور سمجھ دار ہو تو دانت نکلنے کا مسئلہ اس کے لیے کوئی خاص اہمیت نہیں رکھتا' مگر ہندستان کی بڑی آبادی دیہاتوں میں ہے اور دیہاتوں میں عورتوں کی تعلیم کی طرف کوئی توجہ نہیں دی جاتی۔ نادانی کی وجہ سے دانت نکلنے کا زمانہ بچے کے لیے بڑا پرخطر ہوتا ہے۔ اگرچہ یہ کوئی بیماری نہیں ہے بلکہ فطری عمل ہے' مگر ماں کی جہالت اور بے پروائی کے سبب کبھی کبھی بچے کو اپنی جان سے بھی ہاتھ دھونا پڑتا ہے۔

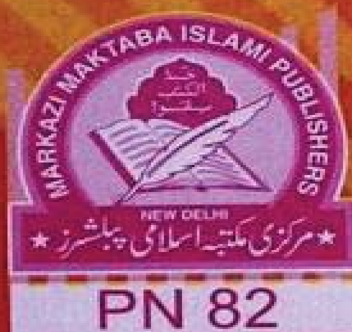
صحت مند و توانا بچے کو دانت نکلتے وقت زیادہ تکلیف محسوس نہیں ہوتی۔ مگر کم زور بچے کو بہت تکلیف ہوتی ہے۔ عام طور سے اس زمانے میں کم زور بچوں کو دست آنے لگتے ہیں اور اگر زیادہ غفلت اور لاپروائی برتی جائے تو منہ سے جھاگ نکلنے لگتے

ہیں اور بچہ خطرے میں پڑ جاتا ہے۔ ماں اگر شروع ہی سے بچے کی صحت و توانائی کا خیال رکھے تو اس مرحلے میں بھی وہ بیماری سے محفوظ رہتا ہے۔ دانت نکلنے سے پہلے اگر بچے کو کچھ چیزیں چبانے کے لیے دی جائیں جیسے ربر کا چھلہ یا ربر کے کھلونے اور دانت نکلنے کے زمانے میں اسے روٹی یا بسکٹ کا سخت ٹکڑا دیا جائے جس سے مسوڑھوں کو رگڑ لگے تو دانتوں کے نکلنے میں آسانی ہو جاتی ہے۔

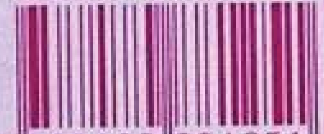
دانت نکلنے میں اگر زیادہ دشواری نظر آ رہی ہو تو ہلکا سا نشتر لگوایا جا سکتا ہے' مگر خواہ مخواہ نشتر نہ لگوایا جائے مجبوری ہی میں اس کا استعمال کیا جائے۔

دانت نکل آنے کے بعد ان کی صفائی کا بھرپور خیال رکھا جائے۔ کچے دانتوں کی صفائی کا اہتمام بھی اتنا ہی ضروری ہے جتنا کہ پکے دانتوں کی صفائی کا۔ اگر کچے دانتوں میں کوئی بیماری ہو تو اس کا عین امکان ہے کہ پکے دانتوں میں بھی وہی بیماری لگ جائے۔ اس لیے کچے دانتوں کی حفاظت اور صفائی بہت ضروری ہے۔




MARKAZI MAKTABA ISLAMI PUBLISHERS
NEW DELHI
مرکزی مکتبہ اسلامی پبلشرز

PN 82


ISBN 81-8088-125-3
9 788180 881251